

D.T. Suzuki
Erich Fromm

Budismo zen y psicoanálisis

Annotation

La relación existente entre el budismo zen y el psicoanálisis es el centro de esta recopilación de textos de D.T. Suzuki y Erich Fromm. Este libro es testigo de un diálogo entre dos tradiciones distintas: Oriente y Occidente, budismo zen y psicoanálisis, para entablar una enriquecedora conversación en la que se señalan sus intereses comunes, entre otros, en el tratamiento de problemas en los seres humanos.

Budismo Zen y psicoanálisis
Fondo de cultura económica
México
Primera edición en inglés, 1960
Primera edición en español, 1964
Duodécima reimpresión, 1998
Título original: *Zen Buddism & Psychoanalysis*

Carretera Picacho-Ajusco, 227; 14200 México, D. F.
ISBN 9789681606244
Biblioteca de psicología y psicoanálisis
dirigida por Ramón de la Fuente
Traducción de Julieta Campos

Prefacio

Este libro nació en un seminario sobre budismo Zen y psicoanálisis, que se realizó bajo los auspicios del Departamento de Psicoanálisis de la Escuela de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México, durante la primera semana de agosto de 1957, en Cuernavaca, México[1].

Cualquier psicólogo, aun hace veinte años, se habría sorprendido mucho —o se habría escandalizado— al descubrir entre sus colegas cierto interés por un sistema religioso "místico" como el budismo Zen. Le habría sorprendido aún más el descubrir que la mayoría de los presentes no sólo estaba "interesada" sino profundamente preocupada por el tema y que consideraba que la semana pasada con el doctor Suzuki discutiendo sus ideas había tenido una influencia muy estimulante y refrescante sobre ellos, en el menor de los casos.

La razón de este cambio está en factores que se analizan más adelante, sobre todo en mi trabajo. Para resumirlos brevemente, se encuentran en el desarrollo de la teoría psicoanalítica, en los cambios que se han producido en el clima intelectual y espiritual del mundo occidental y en la obra del doctor Suzuki quien, mediante sus libros, sus conferencias y su personalidad, ha acercado el budismo Zen al mundo occidental.

Se esperaba que todos los participantes del seminario tuvieran cierto conocimiento de los escritos del Dr. Suzuki, como pueden tenerlo muchos lectores de este volumen. Lo que distingue a los trabajos del doctor Suzuki que ahora presentamos de sus otros escritos, es el hecho de que se refieren específicamente a problemas psicológicos como el del inconsciente y el del yo y, además, el estar dirigido a un pequeño grupo de psicoanalistas y psicólogos cuyas preguntas y preocupaciones fueron planteadas al doctor Suzuki durante las discusiones y conversaciones de toda una semana de trabajo en común. En mi opinión, el resultado será que estas conferencias tendrán un valor particular para los psiquiatras y psicólogos y para otras muchas personas reflexivas que se interesan en el problema del hombre, ya que, si bien no son de "fácil lectura", llevan al lector hacia una comprensión del budismo Zen, que deberá capacitarlo para continuar por cuenta propia.

La otra colaboración a este libro no necesita comentario. Sólo hay que mencionar que, en tanto que los ensayos del doctor Suzuki son versiones casi literales de sus conferencias (en el trabajo del doctor Suzuki sólo se ha modificado la forma directa de una "conferencia" por la de un trabajo escrito), mí propio trabajo ha sido completamente revisado, tanto en su extensión como en su contenido. La razón principal de esta revisión está en la conferencia misma. Aunque yo conocía ya la literatura sobre budismo Zen, el estímulo de la conferencia y la reflexión posterior me condujeron a una ampliación y revisión considerables de mis ideas. Esto se refiere no sólo a mi comprensión del Zen, sino también a ciertos conceptos psicoanalíticos, por ejemplo los problemas de lo que constituye el inconsciente, la transformación del inconsciente en consciente y la finalidad de la terapia psicoanalítica.

Erich Fromm



Conferencias sobre budismo Zen por D. T. Suzuki

I. Oriente y occidente

Muchos grandes pensadores de Occidente, cada uno desde su propio punto de vista, han tratado este tema ya tan gastado por el tiempo, “Oriente y Occidente”; pero, por lo que yo sé, ha habido un número comparativamente escaso de autores del Extremo Oriente que hayan expresado sus opiniones como orientales. Este hecho me ha llevado a escoger este tema como una especie de preliminar a lo que seguirá inmediatamente.

Basho (1644-94), un gran poeta japonés del siglo XVII, compuso una vez un poema de diecisiete silabas conocido como *haiku* o *hokku*. Traducido al inglés [2] dice más o menos así:

> When I look carefully
> I see the nazuna blooming
> by the hedge!
>
> Yoku mireba
> Nazuna hana saku
> Kakine kana.

Es probable que Basho fuera caminando por el campo cuando observó algo junto al seto. Se acercó entonces, lo miró detenidamente, y descubrió que era nada menos que una planta silvestre, insignificante y generalmente inadvertida por los caminantes. Este es el hecho simple que el poema describe, sin que se exprese en ningún momento un sentimiento específicamente poético, a no ser quizá en las dos últimas silabas, en japonés *kana*. Esta partícula, ligada con frecuencia a un nombre, un adjetivo o un adverbio, significa cierto sentimiento de admiración, elogio, tristeza o alegría, y puede vertirse en ocasiones justamente a otras lenguas mediante un signo de admiración. En este *haiku* todo el verso termina con este signo.

El sentimiento que prevalece en las diecisiete, o más bien quince, silabas y el signo de admiración al final quizá no sea comunicable para quienes no conocen el idioma japonés. Trataré de explicarlo lo mejor posible. El poeta mismo podría no estar de acuerdo con mi interpretación, pero esto no importa mucho si sabemos que cuando menos hay alguien que lo entiende lo mismo que yo.

En primer lugar, Basho era un poeta de la naturaleza, como lo son la mayoría de los poetas orientales. Aman tanto la naturaleza que se sienten uno con ella, sienten todos los latidos de las venas de la naturaleza. La mayoría de los occidentales tienden a separarse de la naturaleza. Piensan que ésta y el hombre nada tienen en común a no ser algunos aspectos deseables y que la naturaleza sólo existe para ser utilizada por el hombre. Pero para los orientales, la naturaleza está muy cercana. Este sentimiento por la naturaleza surge al descubrir Basho una planta nada llamativa, casi despreciable, que florecía junto al viejo seto descuidado, al lado del remoto camino campestre, tan inocentemente, tan sin pretensiones, sin desear ser advertida por nadie. Y sin embargo, cuando se la mira, ¡qué tierna, qué llena de gloria y de esplendor divinos aparece, más gloriosa que Salomón! Su humildad misma, su belleza sin ostentación, provoca la admiración sincera. El poeta puede leer en cada pétalo el más profundo misterio de la vida o del ser. Basho pudo no tener conciencia de ello, pero estoy seguro que en su corazón, en ese momento, vibraba un sentimiento parecido a lo que los cristianos llaman amor divino, que alcanza las mayores profundidades de la vida cósmica.

Las alturas del Himalaya pueden provocar en nosotros un sentimiento de temor sublime; las olas del Pacífico pueden sugerimos algo de infinitud. Pero cuando la propia mente se abre poética, mística

o religiosamente, se siente, como Basho, que en cualquier tallo de hierba silvestre hay algo que trasciende de hecho todos los sentimientos humanos venales y bajos, que nos eleva a un nivel semejante en esplendor al de la Tierra Pura. La magnitud no tiene nada que ver en estos casos. A este respecto, el poeta japonés tiene un don específico que le permite descubrir algo grande en las pequeñas cosas, algo que trasciende todas las medidas cuantitativas.

Tal es el Oriente. Veamos ahora qué puede ofrecer Occidente en una situación semejante. Escojo a Tennyson. Puede que no sea un típico poeta occidental, que debe ser seleccionado para compararlo con el poeta del Lejano Oriente. Pero el corto poema que citarnos tiene algo muy cercano al de Basho. El poema dice así:

Flower in the crannied wall,
I pluck you out of the crannies;—
Hold you here, root and all, in my hand.
Little flower — but if I could understand
What you are, root and all, and all in all.
I should know what God and man is.[3]

Hay dos puntos que quiero subrayar en estas líneas:

1. El hecho de que Tennyson arranca la flor y la sostiene en sus manos, "con todo y raíces" y la mira, quizá intensamente. Es muy probable que experimentara un sentimiento parecido al de Basho, quien descubrió una flor de *nazuna* en el seto, al borde del camino. Pero la diferencia entre los dos poetas es que Basho no arranca la flor. La mira simplemente. Está absorto en sus pensamientos. Siente algo en su espíritu, pero no lo expresa. Deja que un signo de admiración diga todo lo que quiere decir. Porque no tiene palabras para expresarlo; su sentimiento es demasiado pleno, demasiado profundo y no quiere conceptuarlo. Tennyson, en cambio, es activo y analítico. Primero arranca la flor del lugar donde crece.

La separa de la tierra a la que pertenece. A diferencia del poeta oriental, no deja quieta a la flor. Tiene que arrancarla de la pared agrietada, "con todo y raíces", lo que significa que la planta debe morir. No le importa, al parecer, su destino; su propia curiosidad debe quedar satisfecha. Como algunos científicos, quiere hacer la disección de la planta. Basho ni siquiera toca la *nazuna*, simplemente la mira, la mira con "cuidado". Eso es todo. Se mantiene inactivo, en contraste con el dinamismo de Tennyson.

Quiero subrayar este punto aquí, y puede que tenga ocasión de volver a referirme a ello.

Oriente es silencioso, mientras que Occidente es elocuente. Pero el silencio oriental no significa sencillamente ser mudo, y quedarse sin palabras o sin habla. El silencio es, en muchos casos, tan elocuente como las palabras. Occidente gusta del verbalismo. No sólo eso. Occidente transforma la palabra en carne y hace que esta encarnación se muestre algunas veces demasiado o, más bien, demasiado burda y voluptuosamente, en sus artes y religión.

2. ¿Qué hace después Tennyson? Mirando la flor arrancada, que probablemente empieza a marchitarse, se formula interiormente la pregunta: "¿Te entiendo?" Basho no se muestra inquisitivo en absoluto. Siente que todo el misterio se revela en su humilde *nazuna*, el misterio que ahonda en la fuente de toda existencia. Se siente embriagado por este sentimiento y lo expresa en mi grito inefable, inaudible.

A diferencia de esto, Tennyson sigue con su reflexión: "Si [el subrayado es mío] pudiera entender lo que eres, sabría qué es Dios y qué es el hombre." Su llamado al entendimiento es característicamente occidental. Basho acepta, Tennyson resiste. La individualidad de Tennyson

permanece aparte de la flor, de “Dios y el hombre”. No se identifica ni con Dios ni con la naturaleza. Permanece siempre aparte de ellos. Su conocimiento es lo que ahora llaman “científicamente objetivo”. Basho es completamente “subjetivo”. (Ésta no es la palabra adecuada, porque siempre se opone el sujeto al objeto. Mí “sujeto” es lo que me gusta llamar “subjetividad absoluta”.) Basho permanece en esta “subjetividad absoluta”, en la cual Basho contempla *nazuna* y la *nazuna* contempla a Basho. No hay empatía, ni simpatía, ni identificación.

Basho dice: “miro con cuidado” (en japonés “*yoku mireba”).* Las palabras “con cuidado” implican que Basho no es ya un observador, sino que la flor ha cobrado conciencia de sí misma y se expresa silenciosa y elocuentemente. Y esta elocuencia silenciosa o silencio elocuente por parte de la flor encuentra un eco humano en las diecisiete sílabas de Basho. Sean cuales fueren la profundidad de sentimiento, el misterio de la expresión y aun la filosofía de la “subjetividad absoluta” que en ellas haya, son inteligibles para los que han experimentado realmente todo esto.

En Tennyson, hasta donde yo puedo juzgarlo, no hay en primer lugar una profundidad de sentimiento: es todo intelecto, lo que resulta típico de la mentalidad occidental. Es un partidario de la doctrina del logos. Tiene que decir algo, tiene que abstraer o intelectualizar su experiencia concreta. Tiene que salir del campo de los sentimientos al campo del entendimiento y debe sujetar la vida y el sentimiento a una serie de análisis para satisfacer el espíritu occidental de investigación.

He seleccionado a estos dos poetas, Basho y Tennyson, como ejemplos de dos puntos de vista básicos y característicos sobre la realidad. Basho pertenece a Oriente y Tennyson a Occidente. Al compararlos descubrirnos que cada uno expresa su trasfondo tradicional. Según esto, la mentalidad occidental es: analítica, selectiva, diferencial, inductiva, individualista, intelectual, objetiva, científica, generalizadora, conceptual, esquemática, impersonal, legalista, organizadora, impositiva, auto-afirmativa, dispuesta a imponer su voluntad sobre los demás, *etc.* Frente a estos rasgos occidentales los de Oriente pueden caracterizarse así: sintética, totalizadora, integradora, no selectiva, deductiva, no sistemática, dogmática, intuitiva (más bien afectiva), no discursiva, subjetiva, espiritualmente individualista y socialmente dirigida al grupo[4], *etc.*

Para simbolizar personalmente estas características de Oriente y Occidente, debo ir a Lao-Tsé (siglo IV a.c., o Lao Tsu o Lao-Tzu), un gran pensador de la antigua China. Lo tomo como representante de Oriente y lo que él llama las multitudes pueden representar a Occidente. Cuando digo “las multitudes” no tengo la intención de atribuir a Occidente, con un sentido peyorativo, el papel de las multitudes de Lao-Tsé, tal como las describía el viejo filósofo.

Lao-Tsé se retrata a sí mismo corno si fuera un idiota. Parece que no supiera nada, que no le afectara nada. No sirve prácticamente para nada en este mundo utilitario. Casi es incapaz de expresión. No obstante, hay algo en él que lo convierte en algo distinto de un espécimen de simplón ignorante. Sólo exteriormente lo parece.

Occidente, en contraste con esto, tiene un par de ojos agudos, penetrantes, hundidos en las órbitas, que examinan el mundo exterior como los de un águila que se remonta a lo más alto del cielo. (De hecho, el águila es el símbolo nacional de cierta potencia occidental). Y en su nariz prominente, sus labios delgados, el conjunto de su contorno facial, todo sugiere una intelectualidad altamente desarrollada y una disposición a actuar. Esta disposición es comparable con la del león. En verdad, el león y el águila son los símbolos de Occidente.

Chuang-Tzé (o Chuang Tzu), del sigo III a.c., relata la historia de *konton (hun-tun),* Caos. Sus amigos debían muchos de sus logros a Caos y querían agradecérselo. Discutieron entre sí y llegaron a una conclusión. Observaron que Caos no tenía órganos sensoriales para distinguir el mundo exterior. Un día le dieron los ojos, otro día la nariz y, en una semana, lograron transformarlo en una persona sensible como ellos. Mientras se felicitaban por su buen éxito, Caos murió.

Oriente es Caos y Occidente es el grupo de amigos agradecidas, bien intencionados, pero

incapaces de distinguir claramente las cosas.

En muchos sentidos, Oriente parece ser indudablemente como tonto y estúpido, porque los orientales no son tan analíticos ni tan demostrativos y no dan tantas señas tangibles, visibles, de inteligencia. Son caóticos y aparentemente indiferentes. Pero saben que sin este carácter caótico de la inteligencia, su propia inteligencia natural no tendrá mucha utilidad para vivir juntos al modo humano. Los miembros individuales fragmentarios no pueden laborar armónica y pacíficamente juntos, a no ser que estén en relación con el infinito mismo que, en realidad subyace a cada uno de los miembros finitos. La inteligencia pertenece a la cabeza y su labor es más notable y quisiera lograr mucho, mientras que Caos permanece silencioso y tranquilo tras toda la turbulencia superficial. Su verdadera significación nunca llega a ser reconocible para los participantes.

El Occidente, de mentalidad científica, aplica su inteligencia a inventar todo tipo de artefactos para elevar el nivel de vida y ahorrarse lo que considera esfuerzo o trabajo desagradable o innecesario. Trata, pues, de "desarrollar" los recursos naturales a los que tiene acceso. A Oriente, por otra parte, no le importa dedicarse a un trabajo doméstico o manual de cualquier tipo; aparentemente se siente satisfecho con el estado "subdesarrollado" de la civilización. No le gusta pensar únicamente en máquinas, convertirse en esclavo de la máquina. Este amor al trabajo es quizá característico de Oriente. La historia de un agricultor, tal como la cuenta Chuang-Tzé, es muy significativa y sugestiva en muchos sentidos, aunque se supone que el incidente debió tener lugar hace más de dos mil años en China.

Chuang-Tzé fue uno de los grandes filósofos en la antigua China. Debería ser estudiado más de lo que lo es en la actualidad. Los chinos no son tan especulativos como los hindúes y tienden a olvidar a sus propios pensadores. Mientras que Chuang-Tzé es muy conocido como el más grande estilista entre los literatos chinos, sus pensamientos no son apreciados como merecen. Fue un gran recolector o compilador de relatos que quizá se habían generalizado en su época. Es probable, sin embargo, que también inventara muchos cuentos para ilustrar sus ideas sobre la vida.

He aquí un relato, que ilustra espléndidamente la filosofía del trabajo de Chuang-Tzé, sobre un campesino que se negaba a usar la palanca para sacar agua del pozo.

> "*Un campesino cavó un pozo y utilizaba el agua para irrigar su finca. Empleaba una cubeta ordinaria para sacar agua del pozo, como lo hace casi toda la gente primitiva. Un paseante, al verlo, le preguntó al campesino por qué no utilizaba una palanca para ese fin; es un instrumento que ahorra esfuerzo y puede realizar mayor trabajo que el método primitivo. El agricultor dijo: 'Sé que ahorra trabajo y es precisamente por esta razón por la que no utilizo ese instrumento. Lo que temo es que el uso de ese instrumento me haga pensar sólo en la máquina. La preocupación por las máquinas crea en uno el hábito de la indolencia y la pereza.'*"

Los occidentales se preguntan a veces por qué los chinos no han desarrollado muchas más ciencias y útiles mecánicos. Esto resulta extraño, afirman, ya que los chinos son conocidos por sus descubrimientos e invenciones como el magneto, la pólvora, la rueda, el papel y otras cosas. La principal razón es que los chinos, y otros pueblos asiáticos, aman la vida tal como se vive y no quieren convertirla en un medio de lograr alguna otra cosa, lo que desviaría el curso de la vida por un canal muy diferente. Les gusta el trabajo por el trabajo mismo aunque, objetivamente hablando, el trabajo significa realizar algo. Pero al trabajar gozan su trabajo y no tienen prisa por terminarlo. Los instrumentos mecánicos son mucho más eficientes y realizan más. Pero la máquina es impersonal y no creadora, y no tiene significado.

Mecanización significa intelección y, como el intelecto es principalmente utilitario, no hay

esteticismo espiritual ni espiritualidad ética en la máquina. La razón que inducía al campesino de Chuang-Tzé a no preocuparse por las máquinas está aquí. La máquina lo apura a uno a terminar el trabajo y alcanzar el objetivo para el que está hecha. El trabajo o labor no tiene valor por sí mismo salvo como medio. Es decir, la vida pierde aquí su carácter creador y se convierte en un instrumento, el hombre es ahora un mecanismo productor de bienes. Los filósofos hablan de la importancia de la persona; como lo vemos ahora, en nuestra edad tan industrializada y mecanizada, la máquina lo es todo y el hombre queda casi completamente reducido a la servidumbre. Esto es, me parece, lo que temía Chuang-Tzé. Por supuesto, no podemos hacer girar la rueda del industrialismo hacia atrás, hacia la era de la artesanía primitiva. Pero es bueno que tengamos en cuenta la importancia de las manos y también los males que surgen de la mecanización de la vida moderna, que acentúa demasiado al intelecto, a expensas de la vida como un todo.

Esto en cuanto a Oriente. Unas cuantas palabras ahora sobre Occidente. Denis de Rougemont, en su *Man's Western Quest* menciona a "la persona y la máquina" como características de los dos rasgos prominentes de la cultura occidental. Esto es significativo, porque la persona y la máquina son conceptos contradictorios y Occidente se esfuerza por su reconciliación. No sé si los occidentales lo hacen consciente o inconscientemente. Sólo me referiré al modo en que estas dos ideas heterogéneas funcionan actualmente en la mentalidad occidental. Hay que observar que la máquina contrasta con la filosofía del trabajo de Chuang-Tsé, y las ideas occidentales de libertad individual y responsabilidad son contrarias a las ideas orientales de libertad absoluta. No voy a entrar en detalles. Sólo trataré de resumir las contradicciones a las que Occidente se enfrenta y padece:

1. La persona y la máquina suponen una contradicción y por ésta contradicción Occidente atraviesa por una gran tensión psicológica, que se manifiesta en diversas direcciones en su vida moderna.

2. La persona implica individualidad, responsabilidad personal mientras que la máquina es el producto de la intelección, la abstracción, la generalización, la totalización, la vida de grupo.

3. Objetiva e intelectualmente o hablando en el sentido de una mentalidad preocupada por la máquina, la responsabilidad personal no tiene sentido. La responsabilidad se relaciona lógicamente con la libertad y en la lógica no hay libertad, porque todo está controlado por las reglas del silogismo.

4. Además, el hombre como producto biológico está regido por leyes biológicas. La herencia, es un hecho y ninguna persona puede cambiarla. No nazco por mi propia y libre voluntad. Los padres me hacen nacer no por su libre voluntad. El nacimiento planeado no tiene sentido en realidad.

5. La libertad es otro absurdo. Vivo socialmente, en un grupo que limita todos mis movimientos, mentales y físicos. Aun al estar solo no soy libre en absoluto. Tengo toda clase de impulsos, que no siempre están bajo mi control. Algunos impulsos me arrastran, a pesar de mí mismo. Mientras vivamos en este mundo limitado, no podemos hablar de ser libres ni de hacer lo que queramos. Aun este deseo es algo que no es nuestro.

6. La persona puede hablar de libertad, pero la máquina la limita en todos los sentidos, porque ese hablar no va más allá de sí mismo. El hombre occidental está desde un principio constreñido, restringido, inhibido. Su espontaneidad no es en absoluto suya, sino de la máquina. La máquina no tiene un carácter creador; opera sólo en la medida o en tanto que algo que se le introduce lo hace posible. Nunca actúa como "la persona".

7. La persona es libre sólo cuando no es persona. Es libre cuando se niega y es absorbida en el todo. Para ser más exactos, es libre cuando es ella misma y, sin embargo, no es ella misma. Si no se entiende plenamente esta contradicción aparente, no se está calificado para hablar de libertad ni de responsabilidad ni de espontaneidad. Por ejemplo, la espontaneidad de que hablan los occidentales, especialmente algunos analistas, no es ni más ni menos que la espontaneidad infantil o animal y no la espontaneidad de la persona plenamente madura.

8. La máquina, el behaviorismo, el reflejo condicionado, el comunismo, la inseminación artificial, la automatización en general, la vivisección, la bomba H, están —todas y cada una— íntimamente relacionadas y forman los eslabones sólidos y bien ligados de una cadena lógica.

9. Occidente trata de lograr la cuadratura del círculo. Oriente trata de hacer que un círculo equivalga a un cuadrado. Para el Zen el círculo es un círculo y el cuadrado es un cuadrado, y a la vez un cuadrado es un círculo y el círculo es un cuadrado.

10.La libertad es un término subjetivo y no puede interpretarse objetivamente. Cuando tratamos de hacerlo, nos enredamos en contradicciones inextricables. Por tanto, afirmo que hablar de libertad en este mundo objetivo de limitaciones omnipresentes es una tontería.

11. En Occidente, "sí" es "si" y "no" es "no", "sí" nunca puede ser "no" o viceversa. Oriente hace que el "si" se deslice hacia el "no" y el "no" hacia el "sí"; no hay una división precisa entre "sí" y "no". Es la naturaleza de la vida la que es así. Sólo en lógica es inerradicable la división. La lógica fue creada por los hombres para contribuir a las actividades utilitarias.

12.Cuando Occidente capta este hecho, inventa conceptos como los conocidos en física como complementariedad o principio de la incertidumbre, cuando no puede explicar ciertos fenómenos físicos. Por muy bien que logre crear concepto tras concepto, no puede atrapar los hechos de la existencia.

13.La religión no nos interesa aquí, pero puede ser de interés afirmar lo siguiente: el cristianismo, que es la religión de Occidente, habla del Logos, la Palabra, la carne y la encarnación y la temporalidad tempestuosa. Las religiones de Oriente buscan la excarnación, el silencio, la absorción, la paz eterna. Para el Zen, la encarnación es excarnación; el silencio ruge corno el trueno; la Palabra es no-Palabra, la carne es no-carne; aquí-ahora equivale al vacío *(sünyatä)* y la infinitud.

II. El inconsciente en el budismo zen

Lo que quiero decir con el término “el inconsciente” y lo que con él quiere decir el psicoanálisis puede ser distinto, y debo explicar mi posición. En primer lugar ¿cómo enfoco el problema del inconsciente? Si pudiera usarse el término, diría que mi “inconsciente” es “metacientífico” o “precientífico”. Los psicoanalistas son científicos y yo soy un hombre dedicado Zen, así mi enfoque es “precientífico” —y aun “anticientífico”— en ocasiones, según me temo. “Precientífico” puede ser un término poco adecuado, pero parece expresar lo que quiero decir. “Metacientífico” puede no estar mal tampoco, porque la posición que el Zen desarrolla en cuanto a la ciencia y la intelectualización ha ocupado durante algún tiempo todo el campo del estudio humano; y el Zen exige que antes de entregarnos incondicionalmente al dominio científico sobre todo en el campo de las actividades humanas, nos detengamos y reflexionemos en nuestro interior y veamos si las cosas están bien tal como están.

El método científico en el estudio de la realidad consiste en contemplar un objeto desde el llamado punto de vista objetivo. Por ejemplo, supongamos que una flor que esté aquí sobre la mesa sea el objeto del estudio científico. Los científicos la someterán a todo tipo de análisis, botánico, químico, físico, etc., y nos dirán todo lo que han descubierto sobre la flor desde sus ángulos de estudio respectivos y afirmarán que el estudio de la flor está agotado y que no hay nada más que decir acerca de ella, a no ser que se descubra algo nuevo accidentalmente en el curso de otros estudios.

La principal característica, pues, que distingue el método científico de acercarse a la realidad es describir un objeto, hablar de éste, *rodearlo*, captar todo lo que atraiga nuestros sentidos e inteligencia y abstraerlo del objeto mismo y, cuando se haya concluido todo esto, al parecer, sintetizar estas abstracciones analíticamente formuladas y tomar el resultado por el objeto mismo.

Pero queda todavía en pie el problema: “¿Ha sido realmente atrapado en la red el objeto completo?” Yo diría “¡Decididamente no!” Porque el objeto que creemos haber apresado no es sino la suma de abstracciones y no el objeto mismo. Para fines prácticos y utilitarios, todas estas llamadas fórmulas científicas parecen ser más que suficientes. Pero el objeto, así llamado, no está del todo ahí. Después de levantar la red, advertimos que algo se ha escapado a sus mallas más finas.

Hay, sin embargo, otra manera, que precede a las ciencias o viene después de ellas, de acercarnos a la realidad. La llamo el método Zen.

1

El método Zen consiste en penetrar directamente en el objeto mismo y verlo, como si dijéramos, desde dentro. Conocer la flor es convertirse en la flor, ser la flor, florecer como la flor, y gozar de la luz del sol y de la lluvia. Cuando se hace esto, la flor me habla y conozco todos sus secretos, todas sus alegrías, todos sus sufrimientos; es decir, toda su vida vibrando dentro de sí misma. No sólo eso: al lado de mi “conocimiento” de la flor, conozco todos los secretos del universo, lo que incluye todos los secretos de mi propio Yo, que ha venido eludiendo hasta ahora mi persecución de toda la vida, porque me he dividido en una dualidad, el perseguido, el objeto y la sombra. ¡Por algo nunca he logrado captar mi Yo y cuán agotador ha sido este juego!

Ahora, sin embargo, al conocer la flor me conozco a mi mismo. Es decir, al perderme en la flor conozco mi Yo lo mismo que a la flor.

Llamo a este tipo de acercarnos a la realidad la manera Zen, la manera precientífica, metacientífica o aún anticientífica. Esta manera de conocer o de ver la realidad puede llamarse también de connación o creadora.

En tanto que la manera científica mata, asesina al objeto y, al diseccionar el cuerpo y reunir otra

vez las partes, trata de reproducir el cuerpo vivo original, lo que es realmente un imposible, la manera Zen toma la vida tal como es vivida en vez de recortarla en pedacitos y de tratar de restaurarle la vida mediante la intelección o, por la abstracción, de pegar las piezas rotas. La manera Zen preserva la vida como vida; ninguna cuchilla quirúrgica la toca.

El poeta Zen canta:

Toda queda a su belleza natural,
Su piel está intacta,
Sus huesos son como son:
No hay necesidad de pinturas, de polvos de ningún tono.
Es como es, ni más ni menos,
¡Qué maravilloso!

Las ciencias se refieren a abstracciones y no hay actividad en ellas. El Zen se sumerge en la fuente de la creatividad y bebe toda la vida que hay en ella. Esta fuente es el Inconsciente del Zen. La flor, sin embargo, es inconsciente de sí misma. Soy yo quien la despierto del inconsciente. Tennyson no la capta cuando la arranca de la pared agrietada. Basho la percibe cuando mira la *nazuna* que florece tímidamente junto al seto silvestre. No puedo determinar dónde está precisamente el inconsciente. ¿Está en mi? ¿O está en la flor? Quizá cuando pregunto "¿Dónde?" no está en ninguna parte. Si es así, déjenme estar en él y no decir nada.

Mientras que el científico mata, el artista trata de recrear. Sabe que la realidad no puede ser alcanzada mediante la disección. Por eso utiliza una tela y un pincel y trata de crear a partir de su inconsciente. Cuando este inconsciente se identifica sincera y auténticamente con el Inconsciente Cósmico, las creaciones del artista son auténticas. Ha creado realmente algo; su obra no es copia de nada; existe por derecho propio. Pinta una flor que, si florece de su inconsciente, es una nueva flor y no una imitación de la naturaleza.

El abad de cierto monasterio Zen quería que el techo del Salón Dharma fuera decorado con un dragón. Se pidió a un notable pintor que hiciera el trabajo. Aceptó, pero se lamentó de no haber visto nunca un verdadero dragón, si es que éstos existían realmente. El abad le dijo: "No le importe no haber visto a esa criatura. Conviértase en uno, transfórmese en un dragón viviente y píntelo. No trate de seguir el molde convencional." El artista preguntó: "¿Cómo puedo convertirme en dragón?" Replicó el abad: "Retírese a sus habitaciones privadas y concentre en eso toda su mente. Llegará el momento en que sienta que debe pintarlo. Ése es el momento en que usted se habrá convertido en dragón y el dragón lo impulsa a darle una forma." El pintor siguió el consejo del abad y, después de varios meses de grandes esfuerzos, cobró confianza en sí mismo al verse en el dragón que surgía de su inconsciente. El resultado fue el dragón que vemos ahora en el techo del Salón Dharma en el Myoshinhi, Kyoto.

De paso, quiero referirme a otra historia del encuentro de un dragón con un pintor chino. Este pintor quería pintar un dragón pero, como nunca había visto uno vivo, añoraba una buena oportunidad. Un día un dragón auténtico se asomó por la ventana y dijo: "¡Aquí estoy, píntame!" El pintor se sorprendió tanto ante este visitante inesperado que se desmayó, en vez de mirarlo cuidadosamente. No pudo hacer ningún retrato de un dragón viviente.

Ver no es suficiente. El artista debe meterse en la cosa, sentirla interiormente y vivir él mismo su vida. Se dice que Thoreau fue un naturalista mucho mejor que los profesionales. Lo mismo puede afirmarse de Goethe. Conocían a la naturaleza por ser capaces de vivirla. Los científicos la tratan objetivamente, es decir, superficialmente. "Yo y Tú" puede ser cierto, pero no podemos decirlo con

certeza; porque tan pronto como lo decimos, “Yo” soy “Tú” y “Tú” eres “Yo”. El dualismo puede sostenerse sólo cuando se apoya en algo que no es dualista.

La ciencia prospera con el dualismo; por eso, los científicos tratan de reducirlo todo a medidas cuantitativas. Para este fin inventan todo tipo de instrumentos mecánicos. La técnica es la clave de la cultura moderna. Todo lo que no pueda reducirse a la cuantificación es rechazado como no científico o como precientífico. Imponen una serie de reglas y todas las cosas que la eluden son descartadas como algo que no pertenece a su campo de estudio. Por finas que sean las mallas, mientras lo sean algunas cosas se les escaparán sin duda y estas cosas, por tanto, no pueden ser medidas de ninguna manera. Las cantidades están destinadas a ser infinitas y las ciencias confesarán algún día su incapacidad para apresar la realidad. El inconsciente está fuera del campo del estudio científico. Por tanto, lo único que pueden hacer los científicos es señalar la existencia de ese campo. Y basta con que la ciencia haga esto.

El inconsciente es algo que debe sentirse, no en el sentido ordinario, sino en lo que yo llamaría el sentido más primario o fundamental. Esto puede requerir una explicación. Cuando decimos: “Siento la mesa dura”, o “Siento frío”, este tipo de sensación pertenece al dominio de los sentidos, y puede distinguirse de sentidos tales como el del oído o la vista. Cuando decimos: “Me siento solo” o “Me siento exaltado”, esto es más general, más totalizador, más interior, pero pertenece aún al campo de la conciencia relativa.

Pero el sentimiento del inconsciente es mucho más básico, más primario, y señala la edad de la “Inocencia”, cuando todavía no se ha producido el despertar de la conciencia de la llamada Naturaleza caótica. La naturaleza, sin embargo, no es caótica porque nada caótico puede existir por sí mismo. Es simplemente un concepto dado al campo que se niega a ser medido por las reglas ordinarias del raciocinio. La naturaleza es caótica en el sentido de que es una reserva de posibilidades infinitas. La conciencia que surge de este caos es algo superficial, que sólo toca el margen de la realidad. Nuestra conciencia no es sino una insignificante isla que flota en el Océano que rodea a la Tierra. Pero, a través de este pequeño fragmento de tierra podemos contemplar la inmensa extensión del inconsciente mismo; la sensación de esto es todo lo que podemos tener, pero este sentimiento no es algo pequeño, pues por él podemos lograr que nuestra existencia fragmentaria adquiera su pleno significado y así podemos tener la seguridad de que no vivimos en vano. La ciencia, por definición, nunca puede darnos la sensación de plena seguridad y falta de miedo que es el resultado de nuestra sensación del inconsciente.

No puede esperarse que todos seamos científicos, pero estamos constituidos de tal manera por la naturaleza que todos podemos ser artistas —no, por supuesto, artistas especializados, como pintores, escultores, músicos, poetas, etc., sino artistas de la vida. Esta profesión, “artista de la vida”, puede sonar a algo nuevo y muy raro, pero en realidad todos nacemos artistas de la vida y, sin saberlo, la mayoría de nosotros no logramos serlo y el resultado es que hacemos un desastre de nuestras vidas preguntando: ¿“Cuál es el sentido de la vida?”, ”¿No estamos frente a la nada absoluta?”, “¿A dónde vamos después de vivir setenta y ocho o noventa años? Nadie lo sabe”, *etc.* Se me dice que la mayoría de los hombres y mujeres modernos están neuróticos por esta causa. Pero el hombre dedicado al Zen puede decirles que todos han olvidado que nacieron artistas, artistas creadores de vida y que, tan pronto como comprenden este hecho y esta verdad, se curarán de la neurosis o psicosis o como quiera que le llamen a su trastorno.

2

¿Qué significa, pues, ser un artista de la vida?

Los artistas de cualquier tipo, hasta donde sabemos, tienen que usar uno u otro instrumento para

expresarse, para mostrar su capacidad creadora en una u otra forma. El escultor tiene que tener piedra, madera o yeso y un cincel o algún otro instrumento para imprimir sus ideas sobre el material. Pero un artista de la vida no necesita salirse de sí mismo. Todo el material, todos los implementos, toda la capacidad técnica que se requieren ordinariamente están dentro de él desde que nace, quizá aún antes de que sus padres le dieran la vida.

Esto es extraño, extraordinario, exclamarán quizá ustedes. Pero si piensan por un tiempo en ello comprenderán, sin duda, lo que quiero decir. Si no, seré más explicito y les diré: el cuerpo, el cuerpo físico que todos tenemos, es el material, que corresponde a la tela del pintor, la madera, la piedra o el yeso del escultor, el violín o la flauta del músico, las cuerdas vocales del cantante. Y todo lo que se relaciona con el cuerpo, como las manos, los pies, el tronco del cuerpo, la cabeza, las vísceras, los nervios, las células, los pensamientos, los sentimientos, los sentidos -de hecho, todo lo que constituye la personalidad es a la vez el material y los instrumentos con que la persona moldea su genio creador en la conducta, la actitud y todas las formas de acción, en la vida misma en una palabra. Para una persona así, su vida refleja cada una de las imágenes que crea a partir de su fuente inextinguible del inconsciente. Para esa persona, cada uno de sus actos expresa originalidad, capacidad creadora, su personalidad viva. No hay en ello convencionalismo, conformidad, ni motivación inhibitoria. Se mueve como le place. Su conducta es como el viento que sopla donde quiere. No tiene un yo encasillado en su existencia fragmentaria, limitada, restringida, egocéntrica. Ha salido de su prisión. Uno de los grandes maestros Zen de la época T'ang, dice: "*Con un hombre que es dueño de sí mismo dondequiera que se encuentre, se comporta con fidelidad a sí mismo*." A este hombre es a quien yo llamo el verdadero artista de la vida.

Su Yo ha tocado el inconsciente, la fuente de posibilidades infinitas. La suya es la "no-conciencia". Dice San Agustín: "Ama a Dios y haz lo que quieras." Esto corresponde al poema de Bunan, el maestro Zen del siglo XVII:

> Mientras vivas
> sé un hombre muerto,
> absolutamente muerto;
> y actúa como quieras
> y todo está bien

Amar a Dios es no tener yo, no tener conciencia, convertirse en "un hombre muerto", liberarse de las motivaciones restrictivas de la conciencia. El "Buenos días" de este hombre carece de cualquier elemento humano de ningún tipo de interés creado. Se le habla y responde. Tiene hambre y come. Al parecer, es un hombre natural, que surge directamente de la naturaleza sin las ideologías complicadas del hombre moderno civilizado. ¡Pero cuán rica es su vida interior! Porque está en comunión directa con el gran inconsciente.

No sé si es correcto llamar a este tipo de inconsciente el Inconsciente Cósmico. La razón por la que me gusta llamarlo así es porque lo que generalmente llamamos el campo relativo de la conciencia, se desvanece en lo desconocido y este desconocido, una vez reconocido, entra en la conciencia ordinaria y pone en orden todas las complejidades que nos han venido atormentando en mayor o menor grado. Lo desconocido se relaciona así con nuestra conciencia y, en esa medida, desconocido y conciencia deben ser de la misma naturaleza y compartir una comunicación mutua. Podemos afirmar así que nuestra limitada conciencia, en tanto que conocemos su limitación, nos conduce a todo tipo de preocupaciones, miedo, inestabilidad. Pero tan pronto corno se descubre que nuestra conciencia surge de algo que, aunque no conocido de la manera que lo son las cosas relativas, está íntimamente

relacionado con nosotros, se alivia todo tipo de tensión y quedamos en paz con nosotros mismos y con el mundo en general. ¿No podemos llamar a este desconocido el Inconsciente Cósmico o la fuente de infinita capacidad creadora por la que no sólo los artistas de todo tipo nutren sus inspiraciones, sino aun nosotros, los seres ordinarios, podemos, cada uno de acuerdo con sus dotes naturales, convertir la vida en algo de auténtico arte?

La siguiente historia puede ilustrar en cierta medida lo que quiere decir al hablar de la transformación de nuestra vida diaria en algo artístico. Dogo, siglo VIII, fue un gran maestro Zen de la dinastía T'ang. Tenía un joven discípulo que quería que le enseñara el Zen. Permaneció con el maestro durante algún tiempo pero no hubo ninguna enseñanza específica. Un día se acercó al maestro y le dijo: "He estado contigo durante algún tiempo, pero no he recibido ninguna instrucción. ¿Por qué? Te suplico tengas la bondad de aconsejarme." El maestro dijo: Pero si he venido instruyéndote en el Zen desde que viniste a verme!" Protestó el discípulo: "Dime por favor qué instrucción fue esa." "Cuando me ves por la mañana me saludas y yo te respondo. Cuando me traen la comida matutina la acepto agradecido. ¿Dónde no señalo la esencia del espíritu?" Al oír esto, el discípulo inclinó la cabeza y pareció absorto en descifrar el sentido de las palabras del maestro. Éste le dijo entonces: "Tan pronto como empiezas a pensar en eso, ya no está. Debes verlo inmediatamente, sin razonamiento, sin vacilación." Se cuenta que esto despertó al discípulo a la verdad del Zen.

La verdad del Zen, un poquito de esta verdad, es lo que convierte la propia vida sin alicientes, una vida de lugares comunes monótonos, incapaces de inspirar, en una vida de arte, plena de auténtica capacidad creadora interior. Hay en todo esto algo que precede al estudio científico de la realidad, algo que no puede vaciarse en las mallas del aparato científicamente construido.

El inconsciente en su sentido Zen es, sin duda, lo misterioso, lo desconocido, y por esta razón acientífico o precientífico. Pero esto no significa que esté más allá del alcance de nuestra conciencia y sea algo con lo que nada tengamos que hacer. En realidad es, por el contrario, lo que nos resulta más intimo y precisamente por esta intimidad resulta difícil captarlo, de la misma manera que el ojo no puede verse a si mismo. Cobrar conciencia, pues, del inconsciente requiere un entrenamiento especial por parte de la conciencia.

Etiológicamente, la conciencia fue despertada del inconsciente en algún momento del curso de la evolución. La naturaleza se abre camino sin conciencia de sí misma y el hombre consciente surge de ella. La conciencia es un salto, pero el salto no puede significar una desconexión en sentido físico. Porque la conciencia está en constante, ininterrumpida comunión con el inconsciente. En verdad, la primera no funcionaría sin el último; perdería su base de operación. Ésta es la razón por la que el Zen declara que el Tao es "la conciencia de todos los días". Por Tao, el Zen se refiere por supuesto al inconsciente, que funciona siempre en nuestra conciencia.

El siguiente ***mondo*** (pregunta y respuesta) puede ayudarnos a entender algo del inconsciente del Zen. Cuando un monje preguntó a un maestro lo que quería decir "la conciencia de todos los días", aquél respondió: "Cuando tengo hambre, como; cuando estoy cansado, duermo." Estoy seguro que ustedes preguntarán: "Si éste es el inconsciente del que hablan ustedes, los que se dedican al Zen, como de algo muy misterioso y del mayor valor en la vida humana como agente transformador, no podernos evitar ponerlo en duda. Todos estos hechos 'inconscientes' han sido relegados desde hace mucho tiempo a nuestro campo de reflejos instintivos de la conciencia, de acuerdo con el principio de la economía mental. Nos gustaría que el inconsciente estuviera relacionado con una función mucho más elevada de la mente, especialmente cuando, como en el caso de un espadachín, esto sólo se alcanza después de largos años de esforzado adiestramiento. Por lo que a estos actos reflejos, como comer, beber, dormir, etc., se refiere, son compartidos por los animales inferiores así como por los niños pequeños. Es indudable que el Zen no puede valorarlos como algo en lo que el hombre plenamente maduro tiene que tratar de encontrar un sentido."

Veamos si hay o no una diferencia esencial entre el inconsciente "instintivo" y el inconsciente altamente "adiestrado".

Bankei, uno de los grandes maestros japoneses modernos del Zen, acostumbraba enseñar la doctrina de lo Nonato. Para demostrar su idea señalaba hechos de nuestra experiencia diaria como oír a un pájaro gorjear, ver una flor que florece, etc., y decía que todos se deben a la presencia en nosotros de lo Nonato. Cualquiera que sea el ***satori***[5] debe basarse en esta experiencia y en ninguna otra, concluía.

Esto parece señalar superficialmente la identificación de nuestro dominio de los sentidos y lo Nonato tan metafísico. En cierto sentido, la identificación no es errónea, pero en otro sentido sí lo es. Porque lo Nonato de Bankei es la raíz de todas las cosas e incluye no sólo el dominio de los sentidos de nuestra experiencia diaria sino la totalidad de todas las realidades pasadas, presentes y futuras y llena el cosmos hasta el colmo de los diez cuartos. Nuestra "conciencia de todos los días", nuestra experiencia diaria o nuestros actos instintivos, en tanto son considerados en sí mismos, no tienen valor ni significación especiales. Los adquieren sólo cuando se refieren a lo Nonato o lo que he llamado el "Inconsciente Cósmico". Porque lo Nonato es la fuente de todas las posibilidades creadoras. Sucede que, cuando comemos no somos nosotros los que comemos sino lo Nonato; cuando dormimos, cansados, no somos nosotros los que dormimos sino lo Nonato.

Mientras el inconsciente es instintivo, no va más allá del de los animales o los niños. No puede ser el del hombre maduro. Lo que pertenece a este último es el inconsciente adiestrado en el que todas las experiencias conscientes por las que ha atravesarlo desde la infancia son incorporadas como constituyentes de todo su ser. Por esta razón, en el caso del espadachín, tan pronto como toma su espada, su destreza técnica, junto con su conciencia de toda la situación, retroceden a un segundo plano y su inconsciente adiestrado empieza a desempeñar su parte al máximo grado. La espada es manejada como si tuviera un alma.

Quizá podemos decir esto: el inconsciente en tanto que se relaciona con el dominio de los sentidos es el resultado de un largo proceso de evolución en la historia cósmica de la vida y es compartido por igual por animales y niños. Pero a medida que el desarrollo intelectual se produce, cuando crecemos, el dominio de los sentidos es invadido por el entendimiento y se pierde la ingenuidad de la experiencia sensible. Cuando sonreímos, no es sólo sonreír; se añade algo más. No comemos como lo hicimos en nuestra infancia; el comer se mezcla con la intelección. Y como todos advertimos esta invasión por el entendimiento o la mezcla con el entendimiento, los simples medios biológicos quedan contaminados por el interés egocéntrico. Esto significa que hay ahora un intruso en el inconsciente, que ya no puede moverse directa ni inmediatamente al campo de la conciencia y todos los actos que han sido relegados a funciones biológicamente instintivas asumen ahora el papel de actos consciente e intelectualmente dirigidos.

Esta transformación es conocida como la pérdida de la "inocencia" o la adquisición del "conocimiento" según el mito bíblico. En el Zen y en el budismo en general, se llama "la contaminación afectiva (*klesha*)" o "la interferencia de la conciencia con predominio de la intelección (*vijñana*)" .

El Zen pide ahora al hombre maduro que se limpie de esta contaminación afectiva y que se libere de la interferencia intelectual consciente, si desea sinceramente realizar una vida de libertad y espontaneidad donde no puedan asaltarlo sentimientos perturbadores como el temor, la angustia o la inseguridad. Al realizarse esta liberación, el inconsciente "adiestrado" opera en el campo de la conciencia. Y sabemos lo que es el "Nonato" de Bankei o la "conciencia de todos los días" del maestro chino del Zen.

Estamos ahora listos para escuchar el consejo de Takuan a su discípulo el espadachín Yagyu Tajima-no-kami.

El consejo de Takuan se refiere sobre todo a mantener la mente siempre en el estado de “afluencia”, pues dice que cuando se detiene en alguna parte esto significa que la afluencia se interrumpe y es esta interrupción la que resulta perjudicial para el bienestar de la mente. En el caso del espadachín, significa la muerte. El tinte afectivo oscurece el espejo del ***prajna***[6] primario del hombre y la deliberación intelectual obstruye su actividad innata. *Prajna*, llamado por Takuan “*prajna* inmóvil”, es el factor que dirige todos nuestros movimientos, interiores y exteriores, y cuando es obstruido la mente consciente se paraliza y la espada, sin tener en cuenta la actividad directiva innata, libre, espontánea del “*prajna* inmóvil”, que corresponde a nuestro inconsciente, empieza a obedecer la técnica conscientemente adquirida del arte. *Prajna* es el motor inmóvil que opera inconscientemente en el campo de la conciencia.

Cuando el espadachín se enfrenta a su oponente, no debe pensar en el oponente, ni en sí mismo ni en los movimientos de la espada de su enemigo. Simplemente debe estar ahí, con su espada, la cual, olvidando toda técnica, está lista a seguir sólo los dictados del inconsciente. El hombre se ha borrado como “manejador” de la espada. Cuando ataca, no es el hombre sino la espada en manos del inconsciente la que ataca. Hay relatos en los que el hombre mismo no ha cobrado conciencia del hecho que ha abatido al opositor inconscientemente. El funcionamiento del inconsciente es en muchos casos simplemente milagroso.

Pondré un ejemplo: “Los siete samuráis”. En esta película japonesa se presenta una escena donde los samuráis sin empleo son sometidos a una prueba de su habilidad en el manejo de la espada. Esto es ficticio, pero no hay duda que todo se basa en hechos históricos. El jefe de la empresa inventó la forma por la que sería puesto a prueba cada espadachín. Situó a un joven de la aldea detrás de la entrada por la que deberían pasar todos los que entraran al edificio. Tan pronto como el samurai intentara pasar el umbral, el joven debía golpearlo súbitamente con un palo y ver cómo se comportaba el recién llegado.

El primero fue sorprendido y recibió el golpe del palo con toda su fuerza. No pasó la prueba. El segundo evadió el golpe y golpeó a su vez al joven. No se le consideró lo bastante bueno como para pasar la prueba. El tercero se detuvo en la puerta y le dijo a quien se ocultaba tras ella que no intentara un truco tan sucio con un guerrero tan experimentado. Porque éste percibió la presencia de un enemigo secreto adentro aun antes de ver al que estaba tan seguramente escondido. Esto se debía a la larga experiencia por la que había pasado este samurai en aquellos días turbulentos. Probó ser así un candidato apto para la labor que había que realizar en la aldea.

Esta sensación de la existencia de un enemigo invisible parece haberse desarrollado entre los espadachines en un grado notable en aquellos días feudales, cuando el samurai tenía que estar sobre la alerta en cualquier posible situación que pudiera surgir en su vida cotidiana. Aun dormido estaba listo a enfrentarse a un acontecimiento imprevisto.

No sé si este sentido podría llamarse un sexto sentido o una especie de telepatía y, por tanto, ser un tema de la llamada parapsicología. Quiero mencionar cuando menos que los filósofos del arte de la espada atribuyen este sentido adquirido por el espadachín al funcionamiento del inconsciente, que se despierta cuando alcanza un estado de despersonalización, de no-conciencia. Dirían que cuando el hombre es adiestrado hasta alcanzar el más alto grado del arte, no tiene la conciencia relativa ordinaria con la que conoce que está envuelto en la lucha por la vida y la muerte, y que cuando su adiestramiento se pone en práctica, su mente es como un espejo en el que se refleja todo pensamiento que pueda haber en la mente del opositor, y sabe de inmediato dónde y como atacar al oponente. (Para ser exactos, esto no es conocimiento sino una intuición que se realiza en el inconsciente). Su espada se

mueve, mecánicamente como si dijéramos, por sí misma, sobre un oponente que encuentra imposible la defensa porque la espada cae en el lugar donde el oponente no está en guardia. El inconsciente del espadachín es así, se dice, el resultado de la despersonalización que, de acuerdo con la "Razón del Cielo y de la Tierra", abate todo lo que está en contra de esta Razón. La carrera o la batalla del arte de la espada no es para el más rápido, el más fuerte o el más diestro, sino para aquel cuyo espíritu es puro y despersonalizado.

Que aceptemos o no esta interpretación es otro problema; el hecho es que el maestro posee lo que podemos designar como el inconsciente y que este estado anímico se alcanza cuando ya no es consciente de sus actos y deja todo a algo que no es su conciencia relativa. Llamamos a esto algo o alguien; como está fuera del campo ordinario de la conciencia no tenemos palabra para designarlo salvo un nombre negativo, X, a el inconsciente. Lo desconocido, o X, o es demasiado vago y como se relaciona con la conciencia de tal manera que X se aprovecha de toda la habilidad técnica adquirida conscientemente, puede ser designada, no impropiamente, como el inconsciente.

4

¿Cuál es la naturaleza de este inconsciente? ¿Está todavía dentro del campo de la psicología, aunque en el sentido más amplio del término? ¿Se relaciona de alguna manera con la fuente de todas las cosas, como la "Razón del Cielo y la Tierra" o con algún otro concepto que aparezca en la ontología de los pensadores orientales? ¿O debemos llamarlo "el gran conocimiento perfecto del espejo *(adarsanajnana)*", como lo llaman a veces los maestros zen?

El siguiente incidente, relatado por Yagyu Tajima-no-kami Munenori, un discípulo de Takuan, el maestro Zen, quizá no esté relacionado directamente con el inconsciente descrito en la parte precedente de este ensayo. Una de las razones es que no se enfrenta realmente al enemigo. Pero quizá no sea indiferente para el psicólogo el descubrir que una facultad que puede ser llamada casi para-psíquica pueda desarrollarse mediante cierta forma de disciplina. Puedo añadir tal vez que el caso de Yagyu Tajima-no-kami no ha sido comprobado, por supuesto, de una manera científica. Pero hay varios de estos casos registrados en los anales del arte japonés de la esgrima y aun en nuestras experiencias modernas hay razón para creer en la probabilidad de esa intuición "telepática", si bien que debo repetir que este tipo de fenómeno psicológico no tiene probablemente nada que ver con el inconsciente del que he estado hablando.

Yagyu Tajima-no-kami estaba en un día de primavera en su jardín admirando los cerezos en flor. Estaba, en apariencia, profundamente absorto en la contemplación. De repente sintió que un ***sakki***[7] lo amenazaba por la espalda. Yagyu se dio vuelta, pero no vio cerca otro ser humano que el paje que generalmente sigue a su señor llevándole la espada. Yagyu no pudo determinar de qué fuente emanaba el *sakki*. Este hecho lo dejó considerablemente sorprendido. Porque había adquirido, después de un largo adiestramiento en el arte de la espada, una especie de sexto sentido por el que era capaz de advertir de inmediato la presencia del *sakki*.

Pronto se retiró a su habitación y trató de resolver el problema, que le preocupaba mucho. Pues con anterioridad nunca había cometido un error al advertir y localizar claramente el origen del *sakki* al sentir su presencia. Parecía tan molesto consigo mismo que todos los miembros del séquito temían acercársele para preguntarle qué le pasaba.

Por fin, uno de los servidores más viejos se le acercó para preguntarle si no se sentía enfermo y si no necesitaba alguna ayuda. Dijo el señor: "No, no estoy enfermo. Pero he experimentado algo extraño cuando estaba en el jardín, algo que escapa a mi entendimiento. Estoy examinando la cuestión." Y le relató todo el incidente.

Cuando los servidores se enteraron de ello, el paje que seguía al señor se acercó temblando e hizo

su confesión: “Cuando vi a su señoría tan absorto admirando los cerezos en flor, me asaltó la idea: Por diestro que sea nuestro señor en el uso de la espada, no podría probablemente defenderse si en este momento yo lo atacara de repente por la espalda. Es probable que este pensamiento secreto mío fuera sentido por el señor.” Al confesar, el joven estaba dispuesto a ser castigado por el señor por su pensamiento indecoroso. Esto aclaró todo el misterio que había preocupado tanto a Yagyu; éste no estaba en ánimo de castigar al ingenuo y joven culpable. Le satisfizo advertir que su sensación no había errado.

III. El concepto del yo en el budismo zen

El enfoque Zen de la realidad que puede definirse como precientífico es algunas veces anticientífico en el sentido que el Zen se mueve por entero en oposición a la dirección seguida por la ciencia. Esto no significa necesariamente que el Zen se oponga a la ciencia, sino simplemente que para entender el Zen hay que tomar una posición que ha sido hasta ahora descuidada o más bien ignorada por los científicos como “acientífica.

Las ciencias son uniformemente centrífugas, extravertidas y contemplan “objetivamente” la cosa que toman para el estudio. La posición que asumen es mantener la cosa lejos de ellas y nunca tratar de identificarse con el objeto de su estudio. Aún cuando miran hacia dentro para autoinspeccionarse, cuidan de proyectar hacia fuera lo que está adentro, convirtiéndose así en extraños a ellos mismos como si lo que está dentro no les perteneciera. Tienen un miedo cerval a ser “subjetivos”. Pero debemos recordar que mientras permanecemos fuera somos extraños; que por esa misma razón, nunca podemos conocer la cosa misma —que lo único que podemos conocer es algo sobre ella— lo que significa que nunca podemos saber qué es nuestro verdadero yo. Los científicos, por tanto, nunca pueden esperar alcanzar el Yo, por mucho que lo deseen. Sin duda pueden hablar mucha sobre ello, pero eso es todo. El Zen nos aconseja, pues, advertir la dirección que sigue la ciencia si hemos de conocer realmente al Yo. Se dice que el estudio propio de la humanidad es el hombre y, en este caso, el hombre debe ser tomado en el sentido del Yo, porque es la humanidad y no la animalidad la que puede tener conciencia del Yo. Me temo que los hombres o las mujeres que no aspiran al conocimiento del Yo deben atravesar otro ciclo de nacimiento y muerte. “Conocerte a ti mismo” es conocer el Yo.

El conocimiento científico del Yo no es conocimiento real mientras objetive al Yo. La dirección científica del estudio debe ser invertida y el Yo debe ser captado desde dentro y no desde fuera. Esto significa que el Yo debe conocerse sin salirse de sí mismo. Algunos podrían preguntar: “¿Cómo puede ser esto posible? El conocimiento implica siempre una dicotomía, el conocedor y el objeto conocido.” Respondo: “El autoconocimiento es posible sólo cuando se lleva a cabo la identificación de sujeto y objeto; es decir, cuando los estudios científicos llegan a su término, abandonan todos sus instrumentos de experimentación y confiesan que no pueden continuar las investigaciones, si no pueden trascenderse realizando un salto milagroso al campo de la subjetividad absoluta.”

El campo de la subjetividad absoluta es donde habita el Yo. “Habitar” no es del todo correcto aquí, porque sólo sugiere el aspecto estático del Yo. Pero el Yo está siempre en movimiento o devenir. Es un cero que es una estaticidad, y al mismo tiempo, una infinitud, con lo que se indica que está siempre en movimiento. El Yo es dinámico.

El Yo es comparable a un círculo que no tuviera circunferencia, es *sünyatä, vacío.* Pero es también el centro de ese círculo, que se encuentra en todas partes y en cualquier parte del círculo. El Yo es el punto de subjetividad absoluta que puede expresar el sentido de inmovilidad o tranquilidad. Pero como este punto puede moverse hacia donde queramos, a puntos infinitamente variados, no es realmente un punto. El punto es el círculo y el círculo es el punto. Este milagro aparentemente imposible tiene lugar cuando la dirección que sigue la ciencia es invertida y vuelve al Zen. El Zen es, en verdad, el realizador de este imposible.

Así, a medida que el Yo se mueve del cero al infinito y del infinito al cero, no es de ninguna manera un objeto de estudios científicos. Como es la subjetividad absoluta, evita todos nuestros esfuerzos por localizarlo en un punto objetivamente definible. Como es tan elusivo y no puede ser captado, no podemos hacer experimentos científicos con él. No podemos atraparlo a través de medios objetivamente construidos. Todo el talento científico no basta para realizar esto, porque no está en la

naturaleza de las cosas dentro de su esfera de operación. El Yo, cuando está propiamente ajustado, sabe cómo descubrirse sin atravesar el proceso de objetivación.

Me referí antes al reciente libro de De Rougemont, *Man's Western Quest*[8], en el que nombra a "la persona" y "la máquina" como dos de los rasgos que distinguen la naturaleza de la búsqueda occidental de la realidad. Según él, "la persona" fue en un principio un término legal en Roma. Cuando el cristianismo se planteó el problema de la Trinidad, sus sabios empezaron a emplear el término, teológicamente, como se advierte en expresiones como "la divina persona" y "la persona humana", armónicamente reconciliadas en Cristo. Tal como lo empleamos ahora, tiene una connotación moral-psicológica con todas sus implicaciones históricas. El problema de la persona se reduce finalmente al del Yo.

La persona de De Rougemont es dualista por su naturaleza y siempre se produce dentro de ella algún tipo de conflicto. Este conflicto, tensión o contradicción es lo que constituye la esencia de la persona y naturalmente se desprende de aquí que el sentimiento de miedo e incertidumbre acompaña en secreto cualquier tipo de actividad que manifieste. En realidad, podemos afirmar que es justo este sentimiento mismo el que impulsa a la persona a cometer actos desequilibrados de pasión y violencia. El sentimiento está en el origen de todos los actos humanos y no las dificultades dialécticas. La psicología es lo primero, después la lógica y el análisis, no a la inversa.

Según De Rougemont, es por tanto imposible que los occidentales trasciendan el dualismo que reside en la naturaleza misma de la persona mientras se aferren a su tradición histórico-teológica del Dios-hombre o el hombre-Dios. A este conflicto dualista en el inconsciente y al resultante sentido de inquietud se debe el que se aventuren al tiempo y al espacio. Son absolutamente extrovertidos y no introvertidos. En vez de buscar dentro de la naturaleza de la persona y captarla, tratan objetivamente de reconciliar los conflictos dialécticos que disciernen en el plano de la intelección. En cuanto a la persona misma, citaré a De Rougemont. Según él:

> *La persona es llamado y respuesta, es acción y no hecho, ni objeto, y el análisis completo de los hechos y los objetos nunca será una prueba indiscutible de ella.*
>
> *La persona nunca está aquí o allí, sino en la acción, en una tensión, en un impulso impetuoso —con menor frecuencia— como fuente de un feliz equilibrio, como nos sugiere una obra de Bach.*

Esto suena muy bien. La persona es realmente lo que describe De Rougemont y está en correspondencia con lo que los budistas dirían sobre el *Atman*[9], "Ha entrado en la disolución" (*visan-kara*).

Pero a los mahayanistas[10] les gustaría preguntar esto al autor de las citas anteriores: "¿Quién es *usted* para decir todas estas cosas tan bien dichas desde el punto de vista conceptual? Quisiéramos entrevistarlo a *usted* personal, concreta o existencialmente. Cuando *usted* dice, 'Mientras vivo, vivo en contradicción; ¿quién es este '*yo*'? Cuando nos dice que la antinomia fundamental de la persona debe ser sustituida por la fe ¿quién es *el que* asume esta fe? Detrás de la fe, la experiencia, el conflicto y la conceptualización debe haber un hombre vivo que haga todo esto."

He aquí la historia de un monje Zen que directa y concretamente puso el dedo sobre la persona y permitió que su interrogador viera cómo era. El monje fue conocido después con el nombre de Obaku Kiun (murió en 850), uno de los grandes maestros Zen de la dinastía T'ang. El gobernador del distrito visitó una vez un monasterio bajo su jurisdicción. El abad lo llevó a inspeccionar las diferentes partes de las instalaciones. Cuando llegaron a una habitación en la que se encontraban los retratos de los abades sucesivos, el gobernador señaló a uno de ellos y le pregunté: "¿Quién es éste."

El abad respondió: “El último abad.” La segunda pregunta del gobernador fue: “He aquí su retrato ¿dónde está la persona?” Esto era más de lo que el abad podía responder. El gobernador insistió, sin embargo, en que respondiera a su pregunta. El abad estaba desesperado, pues no podía encontrar a nadie entre sus seguidores que pudiera satisfacer al gobernador. Finalmente se acordó de un extraño monje que había llegado recientemente al monasterio en busca de alojamiento y que pasaba casi todo su tiempo libre manteniendo los patios barridos y en orden. Pensó que este extranjero, que parecía ser un monje Zen, podría responder al gobernador. Llamaron al monje y se lo presentaron al gobernador. Éste se dirigió respetuosamente al monje:

> *“Venerable Señor, estos caballeros no quieren, por desgracia, responder a mi pregunta. ¿Sería usted lo bastante bondadoso para hacerlo?”*
>
> *El monje dijo: “¿Cuál es su pregunta?”*
>
> *El gobernador le contó lo que acababa de pasar y repitió la pregunta: “He aquí el retrato del último abate pero ¿dónde está la persona?”*
>
> *El monje de inmediato clamó: “¡Oh, Gobernador!”*
>
> *El gobernador respondió: “Si, Venerable Señor!”*
>
> *“¿Dónde está?” Esta fue la solución del monje.*

Los científicos, incluyendo a los teólogos y los filósofos, gustan de ser objetivos y evitan ser subjetivos, sea lo que fuere lo que esto quiera decir. Pero se adhieren firmemente a la opinión de que una afirmación es verdadera sólo cuando es objetivamente valuada o comprobada y no sólo subjetiva o personalmente experimentada. Olvidan el hecho de que una persona *vive* siempre una vida personal y no una vida conceptual o científicamente definida. Por exacta, objetiva o filosófica que pudiera ser la definición dada, no es la definición lo que vive la persona sino la vida misma y es esta vida lo que constituye el tema del estudio humano. La objetividad o la subjetividad no es aquí el problema. Lo que nos concierne más vitalmente es descubrir por nosotros mismos, personalmente, dónde está esta vida, cómo es vivida. La persona que se conoce a sí misma nunca es afecta a la teorización, nunca escribe libros, nunca tiende a dar instrucciones a otros; siempre vive su vida única, su vida creadora libre. ¿Qué es? ¿Dónde está? El Yo se conoce a sí mismo desde dentro y nunca desde afuera.

Como vemos por esta historia de Obaku y el gobernador, por lo general, nos satisfacemos con el retrato o el parecido, e imaginando al *hombre* muerto, no hacemos la pregunta del gobernador: “He aquí el retrato, pero ¿dónde está la persona?” Traduzcamos todo el tono de la historia a nuestra manera moderna de decir las cosas: “La existencia (incluyendo a la persona) es sostenida por el invento continuo de soluciones relativas y de compromisos útiles.” La idea del nacimiento y la muerte es una solución relativa y el hacer retratos es un tipo de transacción sentimentalmente útil. Pero en cuanto a la presencia de una personalidad viva real, no hay nada semejante, de ahí la pregunta del gobernador: “¿Dónde está la persona?” Obaku era un monje zen y no perdió tiempo en despertarlo de un mundo de conceptos parecido al mundo de los sueños con el llamado: “¡Oh, Gobernador!” La respuesta vino enseguida: “¡Sí, Venerable Señor!” Vemos aquí a la persona entera salir de la cámara del análisis, la abstracción y la conceptualización. Al entender esto sabemos quién es la persona, dónde está y quién es el Yo. Si se identifica a la persona con una simple acción y nada más, no es una persona viva, sino intelectualizada, no es *mi* Yo, ni es tu Yo.

A Joshu Jushin (778-897) le preguntó un día mi monje: “¿Qué es mi Yo?” Dijo Joshu: “¿Has terminado la colación matutina?” “Sí, he terminado.” Joshu le dijo entonces: “Si es así, lava tu taza.” El comer es un acto, el lavar es un acto, pero lo que se quiere en el zen es el actor mismo, es *el* que come y lava, *el* que ejecuta los actos de comer y lavar; y a no ser que la persona sea captada existencial o experimentalmente, no puede hablarse del actuar. ¿Quién tiene conciencia del actuar?, ¿y

quién te comunica este hecho de la conciencia?, ¿y quién eres tú que dices todo esto no sólo a ti mismo sino a todos los demás? “Yo”, “tú”, “ella” o “ello”, son pronombres que representan algo que está detrás. ¿Quién es éste algo?

Otro monje le preguntó a Joshu: “¿Qué es mi Yo?” Dijo Joshu: “¿Ves el ciprés en el patio?”

No es el acto de ver sino el que ve a quien quiere captar el maestro Joshu. Si el Yo es el eje de la espiral y nunca se objetiva ni actualiza sigue allí y el zen nos dice que debemos captarlo con las manos desnudas y mostrar al maestro lo que es inapresable, inobjetivable o inalcanzable (en japonés, *fukatoku;* en chino, *pu-ko-te;* en sánscrito, *anupalabdha*). Aquí está, como podemos advertir, la discrepancia entre la ciencia y el zen. El zen, sin embargo, debemos recordarlo, no tiene ninguna objeción al enfoque científico de la realidad; el zen sólo pretende decir a los científicos que el suyo no es el único método sino que existe otro que, según el zen, es más directo, más interior y más real y personal, método que los científicos pueden llamar subjetivo pero que no lo es de la manera en que ellos lo designarían o definirían.

Persona, individuo, Yo y ego, los utilizo como sinónimos en este ensayo. La persona es moral o cognoscitiva, el individuo contrasta con un grupo de cualquier tipo, el ego es psicológico y el Yo es tanto moral como psicológico y tiene también una connotación religiosa.

Desde el punto de vista zen lo que distingue en forma única, psicológica, la experiencia del Yo es que está saturado por el sentimiento de autonomía, libertad, autodeterminación y, por última, capacidad creadora. Hokoji le preguntó a Baso Do-ichi (muerto en 788): “¿Quién es la persona que está sola, sin compañero, entre las diez mil cosas (*dharma*[11])?” Respondió Baso: “Te lo diré cuando te tragues el Río del Oeste de un solo trago.”

Éste es el tipo de realización que el Yo o la persona logra. Los psicólogos o teólogos que hablan del haz de sucesivas percepciones o impresiones, de la Idea, del principio de unidad, de la totalidad dinámica de la experiencia subjetiva o del eje no-existencial de las actividades humanas curvilíneas son los que van en la dirección opuesta a la del zen. Por lo tanto, afirmo que la ciencia o lógica es objetiva y centrífuga mientras que el zen es subjetivo y centrípeto.

Alguien ha observado: “Todo lo que está afuera le dice al individuo que no es nada, mientras que todo lo que está adentro lo convence de que es todo.” Éste es un dicho notable, porque es lo que siente cada uno de nosotros cuando se sienta tranquilamente y vuelve la mirada hacia la parte más interior de su ser. Algo se mueve allí y le susurra con voz suave que no ha nacido en vano.

Leí en otra parte: “Eres juzgado solo; solo entras en el desierto; solo te pasa el mundo por su *tamiz*.” Pero si un hombre mira dentro de sí mismo con toda sinceridad, comprenderá que no está solo, abandonado, ni es objeto de deserción; hay dentro de él cierto sentimiento de un aislamiento regio y magnífico, que se sostiene por sí mismo y, sin embargo, no está separado del resto de la existencia. Esta situación única, aparente u objetivamente contradictoria, se produce cuando se acerca a la realidad a la manera zen. Lo que le hace sentirse así viene de su capacidad creadora u originalidad que experimenta personalmente, que es suya cuando trasciende el campo de la intelección y la abstracción. La capacidad creadora difiere del simple dinamismo. Es el sello del factor autodeterminante que llamamos el Yo.

La individualidad es también importante para señalar el Yo, pero es más política y ética, y está estrechamente aliada a la idea de responsabilidad. Pertenece al campo de las relatividades. Puede asociarse a la fuerza autoafirmadora. Es siempre consciente de otros y en esa medida está controlada por ellos. Donde se acentúa el individualismo, prevalece el sentimiento mutuamente restrictivo de tensión. No hay libertad, ni espontaneidad, sino una profunda y pesada atmósfera, o la inhibición, la supresión y la opresión lo domina a uno, y el resultado es la perturbación psicológica en todas sus variantes.

La individuación es un término objetivo que distingue a uno de otro. Cuando la distinción se hace

exclusiva, el deseo de poder levantar cabeza y con frecuencia se vuelve incontrolable. Cuando no es demasiado fuerte o cuando es más o menos negativa, uno se vuelve extremadamente consciente de la presencia de comentarios o críticas. Esta conciencia nos empuja con frecuencia a la miserable servidumbre, recordándonos el *Sartor Resartus*, de Carlyle. "La filosofía de la ropa" es una filosofía del mundo aparente en el que todos se visten para todos los demás, para parecer distintos a sí mismos. Esto es interesante. Pero cuando va demasiado lejos, se pierde la propia originalidad, se pone uno en ridículo y se convierte en un mono.

Cuando este aspecto del Yo se desarrolla hasta hacerse demasiado prominente y dominante, el verdadero Yo es rechazado y reducido frecuentemente a un no-ser, lo que significa esta supresión. Porque el inconsciente creador nunca puede ser suprimido; se afirmará de una u otra manera. Cuando no puede afirmarse de la manera que le es natural, romperá todas las barreras, en algunos casos violenta y en otros patológicamente. De cualquier manera, el verdadero Yo queda irremisiblemente arruinado.

Preocupado por este hecho, Buda expresó la doctrina de *annatta*, *niratma* o el no-ego, para despertarnos del sueño de las apariencias. El budismo zen no quedó satisfecho, sin embargo con la manera un poco negativa de Buda de presentar la doctrina y procedió a demostrarla en la forma más afirmativa y más directa posible de modo que los fieles budistas no cometieran un error al acercarse a la realidad.

Veamos un ejemplo de Rinzai Gigen (muerto en 867):

> *Un día dijo este sermón: "Hay un hombre verdadero sin ninguna jerarquía en la masa de carne desnuda, que entra y sale de tus puertas faciales [es decir, los órganos de los sentidos].*
>
> *Los que todavía no han dado testimonio [del hecho]; ¡miren, miren!"*
>
> *Un monje se adelantó y le preguntó: "¿Quién es el hombre verdadero sin ninguna jerarquía?"*
>
> *Rinzai se levantó de su silla y, agarrando al monje por el cuello, dijo: "¡Habla, habla!"*
>
> *El monje vaciló.*
>
> *Rinzai lo dejó ir y afirmó: "¡Qué despreciable palo sucio!"*[12]

"El hombre verdadero sin ninguna jerarquía" es el término que usa Rinzai para expresar el Yo. Su enseñanza gira casi exclusivamente en torno a este Hombre *(nin-jên)* o Persona, que es llamado a veces "el hombre-Camino" (*donin* o *tao-jên*). Puede decirse que es el primer maestro zen en la historia del pensamiento zen en China que destaca claramente la presencia de este Hombre en todas las fases de nuestra actividad vital humana. Nunca se cansa de llevar a sus seguidores a la comprensión del Hombre, del Yo verdadero. El verdadero Yo es una especie de ser metafísico en oposición al yo psicológico o ético que pertenece a un mundo finito de relatividad. El hombre de Rinzai se define como "sin ninguna jerarquía", "independiente de" (*mu-ye*, *wu-i*) o "sin ropas"[13], todo lo cual nos hace pensar en el Yo "metafísico".

Después de esta observación preliminar procedamos a citar a Rinzai ampliamente, en cuanto a su opinión sobre el Hombre, Persona o Yo, porque creo que aquí se expresa muy elocuente y minuciosamente sobre el tema y nos ayudará a entender el concepto zen del Yo.

> *De Rinzai sobre el Yo, o "el que está en este momento, justo frente a nosotros, solitaria e iluminadoramente, con plena conciencia, escuchando esta plática sobre el Dharma*"[14].

1

[Después de hablar del cuerpo triple de Buda (*trikaya*), Rinzai prosiguió:] Todas éstas no son, estoy seguro, sino sombras. ¡Oh Venerables Señores! Deben reconocer al Hombre (jên) que juega con estas sombras, que es la fuente de todos los Budas y el refugio que toman los seguidores del Camino en dondequiera que estén.

No es ni su cuerpo, ni su estómago, ni su hígado, ni su riñón, ni el vacío del espacio, el que expone el Dharma y lo escucha. ¿Quién es entonces el que entiende todo esto? Es Él que está justamente frente a ustedes, con plena conciencia, sin una forma visible y en la brillantez solitaria. Este Uno sabe cómo hablar sobre el Dharma y cómo escucharlo.

Si ustedes pueden ver esto, no se diferencian de ninguna manera de Buda y los patriarcas. [El que sí entiende] no es interrumpido a través de todos los períodos del tiempo. Está en todas partes que nuestros ojos pueden abarcar. Sólo nuestros obstáculos afectivos interceptan la intuición; por nuestras imaginaciones, la Realidad está sujeta a diferenciación. Por tanto, sufriendo una diversidad de dolores, transmigramos al triple mundo. De acuerdo con mi opinión, nada es más profundo que [este Uno], y por éste cada uno de nosotros puede obtener su emancipación.

¡Oh seguidores del Camino! El espíritu es informe y penetra los diez cuartos. Con los ojos es el ver; con los oídos es el oír; con la nariz siente los olores; con la boca discute; con la mano recoge; con las piernas camina.

2

¡Oh seguidores del Camino! El que, en este momento, justamente frente a nosotros, brillantemente, en la soledad, y con plena conciencia escucha [la plática sobre el Dharma], este Hombre (*jên*) no se detiene en ninguna parte, atraviesa los diez cuartos, es dueño de sí mismo en el triple mundo. Como entra en todas las situaciones, como discrimina todo, no debe ser desviado [de lo que es].

En un instante de pensamiento quiere penetrar al mundo del Dharma. Cuando se encuentra con Buda habla a la manera de un Buda; cuando se encuentra con un patriarca habla a la manera de un patriarca; cuando se encuentra con un *arhat* habla a la manera de un *arhat;* cuando se encuentra con un fantasma hambriento habla a la manera de un fantasma hambriento.

Apareciendo por todas partes, quiere peregrinar a través de todas las tierras y enseñar a todos los seres y, sin embargo, no salirse de un instante de pensamiento. Por todas partes a donde va permanece puro, indefinido, su luz penetra los diez cuartos y las diez mil cosas son de una Igualdad.

3

¿Cuál es el verdadero entendimiento?

Eres tú el que entra en todas las [situaciones]: lo ordinario y lo sagrado, lo impuro y lo puro; eres tú quien entra en todas las tierras de Buda, en la Torre de Maitreya[15], en el mundo del Dharma de Vairochana[16]; y en dondequiera que entras manifiestas una tierra sujeta a [las cuatro etapas del devenir]: comenzar a existir, seguir existiendo, destrucción y extinción.

Buda, al aparecer en el mundo, dio vueltas a la gran rueda del Dharma y entró en el Nirvana [en vez de permanecer para siempre en el mundo como habríamos podido esperar nosotros, los simples mortales]. No obstante, no hay signos de este ir y venir. Si tratamos de rastrear su nacimiento y su muerte no los encontramos en ninguna parte.

Al entrar en el mundo del Dharma de lo Nonato, peregrina por todas las tierras. Al entrar al mundo del Vientre de Loto, ve que todas las cosas son del Vacío y no tienen realidad. El único ser que es, es el hombre-Tao (*tao-jên*) quien, sin depender de nada, escucha en este momento [mi] plática sobre el Dharma. Y este Hombre es la madre de todos los Budas.

Así, Buda nace de aquello que no depende de nada. Cuando se entiende aquello que no depende de nada, también el Buda se considera inalcanzable. Cuando se adquiere esta visión se dice que se tiene el verdadero conocimiento.

Los estudiosos, sin saberlo, se aferran a nombres y frases y son obstaculizados por esos nombres ordinarios o sabios. Cuando su visión del Camino es obstruida de esta manera, no pueden ver claramente [el Camino].

Hasta las doce divisiones de la enseñanza budista no son más que palabras y expresiones [y no realidades]. Los estudiosos, al no entender esto, tienden a extraer sentido de las meras palabras y frases. Como todos dependen de algo, se enredan en la causación y no pueden escapar a un ciclo de nacimientos y muertes en el mundo triple.

Si quieres trascender el nacimiento y la muerte, el ir y venir, y estar libremente desligado, deberás reconocer al Hombre que en este momento escucha esta plática sobre el Dharma. Es el que no tiene ni aspecto ni forma, ni raíz, ni tronco, y que, sin un lugar donde habitar, está lleno de actividades.

Responde a todos los tipos de situaciones y manifiesta sus actividades y, sin embargo, no sale de ninguna parte. Por tanto, tan pronto como tratas de buscarlo está lejos: cuanto más te acercas, más se aleja de ti. “Secreto” es su nombre.

4

Hay el que está precisamente frente a todos estos seguidores del Camino, en este mismo momento, escuchando mi plática sobre el Dharma, el que no es quemado por el fuego, no es ahogado por el agua, el que vaga como en un jardín, aún cuando entra en los tres senderos malos o en Naraka, [17] es el que nunca sufre consecuencias kármicas, ni cuando entra al reino de los fantasmas hambrientos o de los animales. ¿Por qué? Porque no conoce condiciones que deba evitar.

Si aman ustedes al sabio y odian al ordinario, se hundirá en el océano del nacimiento y la muerte. Las malas pasiones se deben al espíritu; si no se tiene espíritu ¿qué malas pasiones podrán atar? Cuando no perturban las distinciones ni los lazos, en poco tiempo y sin esfuerzo se alcanzará el Camino. Mientras ustedes corran entre sus vecinos en un estado de ánimo confuso, volverán al campo del nacimiento y la muerte, por todos los “innumerables *kalpas*” a través de los cuales traten de dominar el Camino. Es mejor volver al monasterio y sentarse apaciblemente, con las piernas cruzadas, en el recinto de meditación.

5

¡Oh seguidores del Camino! Ustedes, que están en este momento escuchando mi plática sobre el Dharma, no son los cuatro elementos [que constituyen su cuerpo]. Ustedes son eso que hace uso de los cuatro elementos. Cuando puedan ver esta [verdad], podrán ser libres en su ir y venir. Hasta donde puedo ver no hay nada que pudiera rechazar.

6

[El maestro dijo una vez el siguiente sermón:] Lo que es requisito de los aprendices del Camino

es tener fe en ellos mismos. No buscar hacia afuera. Cuando se hace esto, se es arrastrado por cosas externas inesenciales y serán incapaces de distinguir el bien y el mal. Hay Budas, hay patriarcas, pueden decir, pero éstos no son más que simples huellas verbales que deja detrás el verdadero Dharma. Si un hombre aparece ante ustedes desplegando una palabra o una frase en sus complicaciones dualistas, ustedes quedan desorientados y empiezan a abrigar una duda. Sin saber qué hacer, acuden a los vecinos y los amigos, inquiriendo en todas direcciones. Se encuentran completamente perdidos. Los hombres de gran carácter no deben perder el tiempo entregándose así a discusiones y conversaciones ociosas sobre el huésped y el intruso, lo bueno y lo malo, la materia y la riqueza.

Tan cierto como que yo [18] estoy aquí, no respeto a monjes ni laicos. Cualquiera que se presente ante mí, sé de dónde viene el visitante. No importa lo que trate de suponer, sé que se funda invariablemente en palabras, actitudes, letras, frases, todo lo cual no es sino un sueño o visión. Sólo veo al Hombre que viene cabalgando en todas las situaciones posibles; es el tema misterioso de todos los Budas.

La situación de Buda no puede proclamarse como tal. Es el Hombre del Camino [*tao-jên* o *doin*] de la no dependencia el que sale cabalgando a la situación.

Si un hombre se me acerca y me dice: "Busco al Buda", yo me comporto de acuerdo con la situación de pureza. Si un hombre se me acerca y me pregunta por el *bodhisattva*, actúo de acuerdo con la situación de compasión *(maitrĩ* o *karunã*). Si un hombre viene y me pregunta por el *bodhi* [o iluminación], actúo de acuerdo con la situación de belleza incomparable. Si un hombre se me acerca y me pregunta por el Nirvana, me comporto de acuerdo con la situación de serena quietud. Las situaciones pueden variar infinitamente, pero el Hombre no varía. Así, [se dice], "[Ello][19] toma formas de acuerdo con las condiciones, como la luna que se refleja (diversamente) en el agua."

[Es posible que se requieran algunas palabras de explicación. Dios, mientras permanece en sí mismo, consigo mismo y para sí mismo es la subjetividad absoluta, la *sũnyatã* misma. Tan pronto como empieza a moverse, sin embargo, es un creador y se desarrolla el mundo con sus situaciones o condiciones infinitamente variables. El Dios original o la Divinidad no ha quedado detrás en su soledad, él es la multiplicidad de las cosas. Es el razonamiento humano, que es tiempo, lo que con tanta frecuencia nos inclina a olvidarlo y situarlo fuera de nuestro mundo de tiempo, espacio y causalidad. La terminología budista difiere mucho superficialmente de la del cristianismo, pero cuando profundizamos lo suficiente las dos corrientes se entrecruzan o fluyen de la misma fuente.]

7

¡Oh seguidores del Camino! Es urgentemente necesario que busquen el verdadero conocimiento de modo que puedan caminar sin inhibiciones por todo el mundo sin ser engañados por todos esos espíritus inhumanos [es decir, falsos maestros del zen].

El aristócrata es el que no tiene ninguna carga, y permanece en un estado de ocio. Nada extraordinario señala su vida diaria.

Tan pronto como uno se vuelve hacia afuera para buscar las propias piernas entre los vecinos [como si no las tuviera ya uno consigo], se comete una falta. Puede tratarse de encontrar al Buda, pero no es más que un hombre. ¿Conocen al que va así buscando [algo en alguna parte]?

Los Budas y patriarcas han aparecido en los diez cuartos en el pasado, el futuro y el presente, y su objeto es nada menos que buscar el Dharma. Todos los seguidores del Camino [*bodhi*] que están dedicados actualmente al estudio del Camino —también ellos buscan el Dharma y nada más. Cuando lo obtienen su tarea está terminada. Si no lo tienen, seguirán transmigrando como siempre a través de los cinco caminos de la existencia.

¿Qué es el Dharma? No es otra cosa que el espíritu. El Espíritu no tiene forma y penetra a través de los diez cuartos y sus actividades se manifiestan precisamente frente a nosotros. La gente no lo cree. Tratan de descubrir sus nombres y frases, imaginando que el Dharma-Buda está en ellos. ¡Qué lejos están! Es como la distancia entre el cielo y la tierra.

¡Oh seguidores del Camino! ¿Sobre qué creen que son mis sermones? Se refieren al Espíritu que entra en la gente ordinaria lo mismo que en los sabios, en los impuros y en los puros, en los mundanos y en los no mundanos.

La cuestión es que ustedes, [20] no son ni ordinarios ni sabios, ni mundanos ni no mundanos. Y son *ustedes* los que dan nombres a lo no mundano y a lo mundano, a lo ordinario y a lo sabio. Ni lo mundano ni lo no mundano, ni lo sabio ni lo ordinario, puede fijar un nombre a este Hombre (*jên*).

¡Oh seguidores del Camino! A ustedes les toca captar [esta verdad] y hacer libre uso de ella. No se apeguen a los nombres. [La verdad] es llamada el tema misterioso.

8

No se supone que un hombre de gran carácter sea desviado por otros. Es dueño de sí mismo dondequiera que va. Donde se encuentra todo está bien en él.

Tan pronto como penetra un pensamiento de duda, los malos espíritus ocupan la mente. Tan pronto como el *bodhisattva* abriga una duda, se da una buena oportunidad al diablo del nacimiento y la muerte. Sólo evitar que el espíritu se inquiete, no desear nada de lo exterior.

Cuando surgen las condiciones, permitan la iluminación. Ustedes crean sólo en El que actúa en este preciso momento. No se emplea de ninguna manera particularmente específica.

Tan pronto como surge un pensamiento en el espíritu, el triple mundo surge con todas sus condiciones que son clasificables bajo los seis campos de los sentidos. Si ustedes actúan como lo hacen en respuesta a las condiciones ¿qué les falta?

En un momento de pensamiento entran en lo impuro y en lo puro, en la Torre de Maitreya, en la Tierra de los Tres Ojos. Dondequiera que caminen, no ven sino hombres vacíos.

9

¡Oh seguidores del Camino, qué difícil es ser realmente fiel a uno mismo! El Dharma-Buda es profundo, oscuro e insondable; pero cuando se entiende ¡qué fácil es! Me paso el día entero diciendo a la gente lo que es el Dharma, pero los estudiosos no parecen interesarse en absoluto por prestar atención a lo que digo. ¡Cuántos miles de veces lo hollan bajo sus pies! Y sin embargo es una oscuridad absoluta para ellos.

[El Dharma] no tiene ninguna forma y, sin embargo, cuán claramente se manifiesta en su soledad. Pero como son deficientes en fe, tratan de entender mediante nombres y palabras. Medio siglo de su vida se gasta simplemente en llevar un cadáver sin vida de una puerta a otra. Corren de aquí para allá por todo el país llevando todo el tiempo al hombro una bolsa [cargada de palabras vacías de los maestros imbéciles]. Yamarāja, Señor del Inframundo, les preguntará seguramente algún día por todas las sandalias que han gastado.

¡Oh Venerables Señores! cuando les digo que no hay Dharma mientras lo busquen afuera, los estudiosos no me entienden. Ahora quieren volverse hacia dentro y buscar su significado. Se sientan contra la pared con las piernas cruzadas, con la lengua pegada al paladar superior y en un estado de inmovilidad. Piensan que esta es la tradición budista practicada por los patriarcas. Aquí se comete un gran error. Si se confunde un estado de pereza inmóvil con lo que se exige de uno, es reconocer [la oscuridad] de la Ignorancia[21] para su señoría[22]. Dice un antiguo maestro, “El más oscuro abismo de la

tranquilidad —esto es indudablemente lo que debe estremecemos.” No es otra cosa que lo que ya hemos dicho. Si [por otra parte] se toma la movilidad por lo justo, todo el mundo vegetal sabe lo que es la movilidad. Pero esto no podría llamarse el Tao. La movilidad es la naturaleza del viento, mientras que la inmovilidad es la naturaleza de la tierra. Ni una ni otra tienen naturaleza propia.

Si se trata de captar [al Yo] mientras se mueve, permanecerá en un estado de inmovilidad; si se trata de captarlo mientras permanece inmóvil, empezará a moverse. Es como el pez que nada libremente sobre las olas en la profundidad. ¡Oh Señores Venerables! el moverse y el no moverse son dos aspectos [del Yo] cuando se le contempla objetivamente, mientras que sólo el Hombre del Camino (*tao-jên*) no depende de nada, es él quien libremente hace uso de [los dos aspectos de la realidad], unas veces móvil, otras inmóvil… [La mayoría de los estudiosos son apresados en esta red dicótoma.] Pero si hay un hombre que sea, sosteniendo una visión que va más allá de los patrones de pensamiento ordinarios, [23] y se acercara a *mí*, yo actuaría con todo *mi* ser[24].

¡Oh Venerables Señores!: aquí está, sin duda, el punto al que los estudiosos tienen que aplicarse de todo corazón, porque no hay sitio siquiera para que atraviese un soplo de aire. Es como un relámpago o como una chispa de pedernal que cae sobre acero. [Se pestañea] y todo pasa. Si los ojos de los estudiosos se fijan en el vacío, todo está perdido. Tan pronto como se le aplica el espíritu, se desvanece; tan pronto como se estimula el pensamiento, voltea la espalda. Quien comprenda se dará cuenta de que lo tiene precisamente enfrente[25].

¡Oh Venerables Señores! que llevan la bolsa y el cuerpo llenos de basura[26], van de casa en casa con la esperanza de encontrar en alguna parte al Buda y al Dharma. Pero El que busca así algo en este momento —¿saben ustedes quién es? Es el más dinámico pero no tiene raíces, no tiene tronco de ninguna especie. Pueden tratar de captarlo, pero se niega a ser apresado; pueden tratar de apartarlo, pero no desaparece. Mientras más lo busquen, más lejos estará. Cuando ya no se le persigue, entonces se encuentra precisamente frente a ustedes. Su voz suprasensual llena sus oídos. Los que no tienen fe están gastando su preciosa vida sin ningún fin.

¡Oh Seguidores del Camino! es [él] el que entra en un instante de pensamiento en el mundo del Vientre de Loto, en la Tierra de Vairochana [27], en la Tierra de la Emancipación, en la Tierra de los Poderes Sobrenaturales, en la Tierra de la Pureza, en el mundo del Dharma. Es el que entra en lo impuro y en lo puro, en lo ordinario y en lo sabio. Es también el que entra en el reino de los animales y los fantasmas hambrientos. Dondequiera que pueda entrar, no podemos descubrir ninguna huella de su nacimiento y muerte, por mucho que podamos tratar de localizarlo. Lo que tenemos no es más que esos nombres vacíos; son como flores alucinantes en el aire. No merecen que nos esforcemos por captarlos. Ganar y perder, sí y no, todas las dicotomías deben olvidarse de inmediato.

En cuanto a la manera en que yo, el monje de la montaña, me manejo, en la afirmación o la negación, es de conformidad con la verdad [el conocimiento]. Deportiva y suprasensualmente entro con libertad en todas las situaciones y me aplico como si no estuviera dedicado a nada. Las transformaciones que pueden tener lugar en el medio que me rodea no pueden afectarme. Si algo se me acercara con la idea de obtener algo de mí, simplemente me adelanto y voy a su encuentro. No me reconoce. Me pongo entonces muy distintas ropas y los estudiosos empiezan a dar sus interpretaciones, inconcientemente cautivados por mis palabras y frases. ¡Carecen en absoluto del poder de distinción! Se atienen a las ropas que uso y distinguen sus diversos colores: azul, amarillo, rojo y blanco. Cuando me las quito y entro en un estado de absoluto vacío, se quedan sorprendidos y perdidos, y corriendo sin sentido dirían que no tengo ropa. Me dirigiría entonces a ellos y les diría: “¿Reconocen ustedes al Hombre que anda por ahí usando toda clase de topas?” Ahora, por fin, voltean súbitamente sus cabezas y me reconocen [en forma].

¡Oh Venerables Señores! cuídense de tomar las ropas [por las realidades]. Las ropas no son

autodeterminantes; es el Hombre el que se pone diversas ropas, ropas de pureza, ropas de no-nacimiento, ropas de iluminación [*bodhi*], ropas de nirvana, ropas de patriarcas, ropas de budidad. ¡Oh Venerables Señores! lo que aquí tenemos son meramente sonidos, palabras, y no son mejores que las ropas que mudamos. Los movimientos surgen de las partes abdominales y el aliento que atraviesa los dientes produce diversos sonidos. Cuando se articulan tienen sentido lingüísticamente. Así comprendemos con claridad que son insustanciales.

¡Oh Venerables Señores! exteriormente mediante sonidos y palabras e internamente mediante el cambio de modos de conciencia, pensamos, sentimos, y éstas son todas las ropas con las que nos vestimos. No cometan el error de tomar por realidades las ropas que usa la gente. Si lo hacen así, aún después del paso de innumerables *kalpas*[28], seguirán siendo expertos en ropajes y nada más.

Tendrán que dar vueltas en el triple mundo y girar la rueda de nacimientos y muertes. Nada es como vivir una vida de ocio, y un viejo maestro afirma:

> *Lo encuentro [a él] y sin embargo no [lo] conozco. Converso [con él] y sin embargo ignoro [su] nombre*

La razón por la que en estos días los estudiosos son incapaces [de acercarse a la realidad] es que su entendimiento no va más allá de nombres y palabras. Lo que hacen es escribir en sus preciosos cuadernos de notas palabras de maestros seniles e imbéciles y, después de envolverlas tres, no cinco veces, ponerlas seguramente en una bolsa. Esto es mantener a los demás alejados de su curiosa inspección. Pensando que estas palabras de los maestros encarnan el tema profundo [del Dharma], las atesoran así de la manera más respetuosa. ¡Qué grave error están cometiendo! ¡Oh los viejos seguidores de vista ofuscada! ¿Qué clase de jugo esperan que salga de los viejos huesos resecos? Hay algunos que no saben lo que es bueno y lo que es malo. Revisando las diversas escrituras y después de mucha especulación y cálculo, reúnen algunas frases [que utilizan para sus propios fines]. Es como un hombre que, después de haberse tragado un pedazo de basura, lo vomita y luego se lo da a otros. Los que, como un hablador, trasmiten el rumor de boca en boca tendrán que pasarse toda la vida para nada.

Algunas veces dicen: “Somos humildes monjes”, y cuando les preguntan otros el contenido de la doctrina budista, simplemente se callan y no tienen nada que decir. Sus ojos son como si miraran en la oscuridad y su boca cerrada parece un palo doblado de esos que se llevan sobre el hombro[29].

Aún cuando se produzca la aparición de Maitreya en este mundo, esos están destinados a otro mundo; tendrán que irse al infierno a sufrir una vida dolorosa.

¡Oh Venerables Señores! ¿qué buscan ustedes yendo tan atareados de un lugar a otro? El resultado será simplemente que las plantas de sus pies estén más planas que nunca. No hay Budas que puedan ser captados [mediante sus esfuerzos mal dirigidos]. No hay Tao (es decir *bodhi*) que pueda ser alcanzado [con sus vanos intentos]. No hay Dharma que pueda realizarse [con su ocioso chapuceo]. Mientras ustedes buscan exteriormente un Buda con forma [con las treinta y dos marcas de la gran humanidad], nunca pueden comprender que no se parecen a ustedes [es decir, a su verdadero Yo]. Si quieren saber cómo es su espíritu original, les diré que no es ni integrador ni desintegrador. ¡Oh Venerables Señores! el verdadero Buda no tiene forma, el verdadero Tao [o *bodhi*] no tiene sustancia, el verdadero Dharma no tiene forma. Los tres se mezclan en la unidad [de la Realidad]. Los espíritus que son todavía incapaces de comprender esto están sujetos al desconocido destino de la conciencia del *karma*.

IV. El *koan*

1

Un *koan* es una especie de problema que el maestro formula a sus discípulos para que lo resuelvan. “Problema” no es un buen término, sin embargo, y yo prefiero el original japonés *Ko-am* (*kung-an* en chino). *Kõ* significa literalmente “público” y *an* es “un documento”. Pero “un documento público” nada tiene que ver con el zen. El “documento” zen cada uno de nosotros lo trae a este mundo al nacer y trata de descifrar antes de morir.

Según la leyenda de Mahayana, se dice que Buda hizo la siguiente declaración al salir del cuerpo de su madre: “*El cielo arriba, la tierra abajo, yo solo soy el más honorable*.” Este fue el “documento” de Buda, que nos legó para que lo leyéramos y los que lo leen con exactitud son los seguidores del zen. No hay ningún secreto en esto, sin embargo, porque está abierto o es “público” para nosotros, para cada uno de nosotros; y para quienes tienen ojos para ver la expresión no presenta dificultad. Si hay algún sentido oculto en esto, está de nuestra parte y no en “el documento”.

El *koan* está dentro de nosotros mismos y lo que el maestro zen hace no es más que señalárnoslo para que podamos verlo más claramente que antes. Cuando el *koan* es sacado del campo del inconsciente al campo de la conciencia, se dice que lo hemos entendido. Para realizar este despertar, el *koan* asume algunas veces una forma dialéctica pero con frecuencia asume, superficialmente cuando menos, una forma que carece en absoluto de sentido.

El siguiente puede clasificarse como dialéctico:

El maestro lleva generalmente un báculo o bastón que utiliza cuando viaja a través de los caminos montañosos. Pero actualmente se ha convertido en un símbolo de autoridad en manos del maestro, quien con frecuencia recurre a él para demostrar su opinión. Lo enseña a la congregación y dice algo corno esto: “Éste no es un báculo, ¿cómo lo llamarían ustedes?” Algunas veces puede hacer una declaración como ésta: “Si ustedes dicen que es un báculo, ustedes ‘tocan’ [o niegan]. Aparte de la negación y la afirmación ¿cómo lo llamarían?” En realidad, un *koan* como éste es algo más que dialéctico.

He aquí una de las soluciones aportadas por un discípulo competente: una vez, al hacer el maestro esta declaración, salió un monje de la congregación y, quitándole el báculo al maestro, lo rompió en dos y tiró los pedazos al suelo.

Hubo otro maestro que, sacando su báculo, hizo esta enigmática declaración: “Cuando ustedes tengan un báculo, les daré uno; cuando no tengan ninguno se los quitaré.”

Algunas veces el maestro preguntará con todo derecho: “¿De dónde vienen?” o “¿A dónde van?”, pero puede de pronto cambiar de tema y decir: “¡Cómo se parecen mis manos a las de Buda! ¡Y cómo se parecen mis piernas a las de un burro!”

Uno puede preguntar: “¿Qué importa que mis manos se parezcan a las de Buda? En cuanto a que mis piernas parezcan las de un burro, la afirmación parece fantástica. Suponiendo que así sea, ¿qué tiene que ver esto con el problema último de la existencia, que nos preocupa seriamente?” Las preguntas o desafíos planteados por el maestro pueden ser consideradas como “absurdos” si se quiere designar así.

Pondré uno o dos ejemplos más de estos “absurdos” formulados por otro maestro. Al preguntar un discípulo: “¿Quién es el que esta solo, sin un compañero entre las diez mil cosas?” El maestro respondió: “Cuando te tragues de una sola vez el Río del Oeste te lo diré.” “Imposible” será nuestra reacción inmediata. Pero la historia nos dice que esta observación del maestro abrió lo que podríamos llamar la cámara oscura de la conciencia del interrogador.

Fue el mismo maestro que pateó en el pecho a un monje cuyo delito fue preguntar: "¿Cuál es el sentido del Bodhidharma que viene a China del Oeste?", lo que equivale a decir: "¿Cuál es el sentido último del Dharma?" Cuando el monje se levantó y una vez recuperado, declaró audazmente, aunque riéndose de todo corazón: "¡Qué extraño que toda forma posible de *samadhi*[30] que exista en el mundo esté en la punta de un pelo y que yo haya dominado su significado secreto hasta su más profunda raíz!" ¿Qué posible relación podría existir entre la patada del maestro y la atrevida declaración del monje? Esto jamás podría entenderse en el plano de la intelección. Por absurdo que pueda ser todo esto, es sólo nuestro hábito de conceptualización el que nos impide enfrentarnos a la realidad última tal como se muestra desnuda en sí misma. Lo "absurda" tiene en realidad mucho significado y nos hace levantar el velo que existe mientras permanezcamos de este lado de la relatividad.

2

Estas "preguntas y respuestas" (conocidas como mondo en japonés) y las declaraciones de los maestros llamadas ahora *koanes*, no eran conocidas como tales en los días en que se producían: eran simplemente la manera que utilizaban los buscadores de la verdad para lograr la iluminación y a la que recurrían los maestros del zen para responder a los monjes que los interrogaban. Lo que podemos llamar una manera sistemática de estudiar el zen, comenzó con los maestros de la época Sung, por el siglo XII. Uno de ellos seleccionó lo que se conoce como el "¡*Mu*!" (*wu* en chino) de Jõshü como un *koan* y lo entregó a sus discípulos para que meditaran sobre él. La historia del "¡*Mu*!" de Joshu es la siguiente: Joshu Jushin (778-897, Chao-chou Ts'ung-shên en chino) fue uno de los grandes maestros zen de la dinastía T'ang. Una vez le preguntó un monje: "Tiene un perro la naturaleza de Buda?" Respondió el maestro: "¡Mu!" "¡Mu!" (*wu*) significa literalmente "no". Pero cuando se le utiliza en un *koan* el significado no importa, es simplemente "¡Mu!" Se pide al discípulo que concentre su mente en el sonido sin sentido "*¡Mu!*" , independientemente de si significa "si" o "no" o cualquier otra cosa. Sólo "¡*Mu*!", "¡*Mu*!", "¡*Mu*!".

Esta monótona repetición del sonido "¡*Mu*!" se prolongará hasta que el espíritu esté plenamente saturado y no quede espacio para ningún otro pensamiento. Quien expresa el sonido, audible o inaudiblemente, está ahora completamente identificado con el sonido mismo. No es ya una persona individual la que repite: "¡*Mu*!"; es el "¡*Mu*!" que se repite solo. Cuando se mueve no es como una persona consciente de sí misma sino como el "¡*Mu*!". El "¡*Mu*!" está de pie, se sienta o camina, come o bebe, habla o permanece en silencio. Lo individual se desvanece del campo de la conciencia, que está ahora absolutamente ocupada por el "¡*Mu*!" En realidad, todo el universo no es sino el "¡*Mu*!". "¡*El cielo arriba, la tierra abajo, yo sola soy el más honorable*!". El "¡*Mu*!" es este "Yo". Ahora podemos decir que el "¡*Mu*!", el "Yo" y el Inconsciente Cósmico —los tres son uno y el uno es tres. Cuando prevalece este estado de uniformidad o identidad, la conciencia es una situación única, que llamo "conscientemente inconsciente" o "inconscientemente consciente".

Pero ésta no es todavía una experiencia de *satori*. Podemos considerarla como correspondiente a lo que se conoce como *samadhi*, que quiere decir "equilibrio", "uniformidad", "ecuanimidad" o "un estado de tranquilidad". Para el zen esto no basta; debe haber cierto despertar que rompe el equilibrio y nos devuelve al nivel relativo de la conciencia, al producirse un *satori*. Pero este llamado nivel relativo no es realmente relativo; es la frontera entre el nivel consciente y el inconsciente. Una vez que se toca este nivel, la conciencia ordinaria es revestida con los ropajes del inconsciente. Este es el momento en que el espíritu finito comprende que está arraigado en el infinito. Según términos del cristianismo, éste es el momento en que el alma escucha directa o interiormente la voz del Dios viva. El pueblo judío puede afirmar que Moisés estaba en este estado de ánimo en el Monte Sinaí cuando oyó a Dios anunciar su nombre como "*Yo soy quien soy*".

3

El problema es ahora: “¿Cómo descubrieron los maestros de la época Sung que “¡*Mu*!” era un medio efectivo de conducir a la experiencia zen?” No hay nada intelectual en el “¡*Mu*!” La situación es absolutamente contraria a la que se produjo al intercambiarse el mondo entre maestros y discípulos antes de la era Sung. En realidad, dondequiera que hay una pregunta, el hecho mismo de preguntar implica una intelectualización. “¿Qué es Buda?”, “¿Qué es el Yo?”, “¿Cuál es el principio último de la doctrina budista?”, “¿Cuál es el sentido de la vida?”, “¿Vale la pena vivir?...” Todas estas preguntas parecen exigir cierta respuesta “intelectual” o inteligible. Al decírseles a estos interrogadores que volvieran a sus habitaciones y se aplicaran al “estudio” del “¡*Mu*!” ¿cómo lo tomarían? Simplemente se quedarían atontados y sin saber qué hacer con la proposición.

Aunque todo esto es cierto, debemos recordar que la posición del zen es ignorar todos los tipos de interrogación, porque la interrogación misma va contra el espíritu del zen y lo que el zen espera de nosotros es que captemos al interrogador mismo como persona y no como algo que salga de él. Uno o dos ejemplos probarán ampliamente este punto.

Baso Do-ichi fue uno de los grandes maestros zen en la dinastía Yang; en realidad, podemos afirmar que el zen se inició realmente con él. Su tratamiento de quienes lo interrogaban fue muy revolucionario y muy original. Uno de éstos fue Suiryo (o Sufro) que fue golpeado por el maestro al preguntarle Suiryo sobre la verdad del zen[31]. En otra ocasión, Baso golpeó a un monje que quería saber el primer principio del budismo. En un tercera ocasión, dio una bofetada a uno cuya falta fue preguntar al maestro: “¿Cuál es el significado de la visita de Bodhidharma a China[32]?” En apariencia, estos malos tratos por parte de Baso no tienen nada que ver con las preguntas formuladas, a no ser que deban entenderse como una especie de castigo infligido a los que fueron lo bastante tontos como para formular preguntas tan vitalmente interesantes. Y lo extraño es que los monjes en cuestión, no se sintieron en absoluto ofendidos ni enojados. Por el contrario, uno de ellos estaba tan lleno de alegría y júbilo que exclamó: “¡Qué extraño que todas las verdades contenidas en los *Sutras* se manifiesten en la punta de un pelo!” ¿Cómo pudo la patada de un maestro en el pecho de un monje efectuar semejante milagro de naturaleza trascendental?

Rinzai, otro gran maestro zen, fue conocido por su expresión ininteligible “¡*Katz*!” cuando se le hacía una pregunta. Toku-san, otro de los grandes, acostumbraba a usar su báculo libremente aún antes de que un monje abriera la boca. En realidad, la famosa declaración de Toku-san decía: “Treinta golpes de mi bastón cuando tengas algo que decir; treinta golpes, lo mismo, cuando no tengas nada que decir.” Mientras permanezcamos en el nivel de la relatividad o la inteligibilidad no podremos entender nada de estos actos por parte del maestro; no podremos descubrir ninguna relación entre las preguntas que pueden formular los monjes y lo que parece ser un estallido impetuoso de una personalidad irascible, por no decir nada del efecto que este estallido tiene sobre los interrogadores. La incoherencia e incomprensibilidad de todo esto es, por decir lo menos, sorprendente.

4

La verdad es que la que comprende la totalidad de la existencia humana no es cuestión de intelección sino de la voluntad en el sentido más primario de la palabra. El entendimiento puede formular todo tipo de preguntas —y es perfectamente correcto que lo haga—, pero esperar una respuesta definitiva por parte del entendimiento es pedirle demasiado, porque esto está en la naturaleza de la intelección. La respuesta está profundamente oculta bajo el lecho de roca de nuestro ser. El abrirla requiere la más básica tensión de la voluntad. Cuando ésta se siente, se abren las puertas

de la percepción y aparece una nueva visión basta entonces no soñada. El entendimiento propone y lo que dispone no es lo mismo que propone. Independientemente de lo que podamos decir acerca del entendimiento, de todo superficial, es algo que flota en la superficie de la conciencia. Hay que quebrar la superficie para llegar al inconsciente. Pero mientras el inconsciente pertenezca al dominio de la psicología, no puede haber un *satori* en el sentido zen. La psicología debe ser trascendida y debe captarse lo que puede calificarse de "inconsciente ontológico".

Los maestros de la época Sung deben haber comprendido esto en su larga experiencia y también en el trato con sus discípulos. Querían romper la aporía intelectual por medio del "¡*Mu*!" en el que no hay huella de intelección sino sólo de la pura voluntad que domina al entendimiento. Pero debo recordar a mis lectores que no deben tomarme por un antiintelectualista absoluto. Lo que rechazo es considerar al entendimiento como la realidad última. Es necesario para determinar, por vágamente que sea, dónde está la realidad. Y la realidad sólo se capta cuando el entendimiento renuncia a ella. El zen lo sabe y propone como *koan* una formulación con cierto sabor de intelección, algo que, bajo disfraz, parece como si exigiera un tratamiento lógico o parece más bien como si permitiera ese tratamiento. Los siguientes ejemplos demostrarán lo que quiero decir.

Se dice que Yeno, el Sexto Patriarca, pidió a su interrogador: "Enséñame la cara original que tuviste antes de nacer."

Nangalcu Yejo, uno de los discípulos de Yeno, le preguntó a uno que deseaba ser iluminado: "¿Quién es el que así se acerca a mí?"

Uno de los maestros de la época Sung quería saber: "¿Dónde nos encontramos después de muertos, después de ser cremados y de que todas las cenizas se dispersan?"

Hakuin, un gran maestro zen del Japón moderno, levantaba una de sus manos ante sus seguidores, diciendo: "Déjenme oír el sonido de una mano palmeteando."

Hay en el zen muchas exigencias imposibles como ésta: "Utiliza tu espada que tienes en las manos vacías." "Camina mientras cabalgas sobre un burro." "Habla sin usar la lengua." "Toca el laúd sin cuerdas." "Detén este diluvio." Estas paradójicas proposiciones llevarán sin duda a nuestro entendimiento al más alto grado de tensión, haciendo que por último las caracterice a todas como absolutamente absurdas y no merecedoras de gastar en ellas las energías mentales.

Pero nadie negará la racionalidad de la siguiente pregunta que ha confundido a filósofos, poetas y pensadores de todas las tendencias desde el despertar de la conciencia humana. "¿De dónde venimos y hacia dónde vamos?" Todas estas preguntas o formulaciones "imposibles" planteadas por los maestros zen no son más que variedades "ilógicas" de la más "racional" de las preguntas que acabamos de citar.

En realidad, cuando uno expone sus ideas lógicas sobre un *koan*, serán rechazadas sin duda, categórica y aun sarcásticamente, por el maestro sin dar ninguna razón para ello. Después de unas cuantas entrevistas puede que no se sepa qué hacer salvo descartada como "un viejo iluso e ignorante" o como "alguien que no sabe nada del 'racionalismo moderno'". Pero la verdad es que el maestro zen sabe lo que se trae entre manos mucho mejor de lo que ustedes creen. Porque el zen no es, después de todo, un juego dialéctico ni intelectual de ningún tipo. Se refiere a algo que va más allá de la lógica de las cosas, en donde él sabe que está "la verdad que libera".

Cualquiera que sea la formulación que pueda hacerse sobre cualquier tema, está sin remedio en la superficie de la conciencia en la medida en que puede reducirse de alguna manera a un tratamiento lógico. El entendimiento sirve a propósitos variados en nuestra vida diaria, hasta el punto de aniquilar a la humanidad, individualmente o en masa. Sin duda es algo muy útil, pero no resuelve el problema último con el que cada uno de nosotros tropieza más tarde o más temprano en el curso de su vida. Este es el problema de la vida y la muerte, que concierne al significado de la vida. Cuando nos enfrentamos a él, el entendimiento tiene que confesar su incapacidad para resolver el problema; porque indudablemente llega a un *impasse* o aporía que, por su naturaleza, no puede evitar. El callejón sin

salida intelectual al que llegamos ahora es como “la montaña plateada” o “el muro de hierro” que se levanta ante nosotros. No es la maniobra intelectual ni el truco lógico, sino todo nuestro ser lo que es necesario para lograr una penetración. Es, nos diría el maestro zen, como trepar hasta la punta de un palo de cien pies de largo y ser instado, sin embargo, a trepar cada vez más hasta que se ve uno obligado a dar un salto desesperado, olvidando por completo la seguridad existencial. En el momento en que se ejecuta este salto se encuentra uno seguro sobre el “pedestal florecido de lotos”. Este tipo de salto nunca puede intentarse mediante la intelección ni la lógica de las cosas. Ésta sólo abarca la continuidad y nunca un salto sobre el abismo. Y esto es lo que el zen espera que realicemos cada uno de nosotros a pesar de una aparente imposibilidad lógica. Por esta razón, el zen siempre nos incita desde atrás a proseguir con nuestro hábito de racionalizar para hacemos ver por nosotros mismos hasta dónde podemos ir en este inútil intento. El zen sabe perfectamente bien dónde está su límite. Pero generalmente no entendemos este hecho hasta que nos encontramos en un callejón sin salida. Esta experiencia personal es necesaria para despertar la totalidad de nuestro ser, porque por lo general nos satisfacen demasiado fácilmente nuestros logros intelectuales que se refieren, después de todo, a la periferia de la vida.

No fue su conocimiento filosófico ni su austeridad ascética o moral los que finalmente llevaron a Buda a su experiencia de la iluminación. Buda la alcanzó sólo cuando renunció a todas esas prácticas superficiales que rodean a las exterioridades de nuestra existencia. La intelección, la moralización o la conceptualización son necesarias sólo para comprender sus propias limitaciones. El ejercicio del *koan* pretende hacernos comprender toda esto íntimamente.

La voluntad en su sentido primario, como decía antes, es más básica que el entendimiento, porque es el principio que está en la raíz de todas las existencias y las une en la unidad del ser. Las rocas están donde están —ésta es su voluntad. El río fluye —ésta es su voluntad. Los pájaros vuelan —ésta es su voluntad. Los seres humanos hablan —ésta es su voluntad. Las estaciones cambian, el cielo envía lluvia o nieve, la tierra tiembla en ocasiones, las olas, las estrellas brillan —cada una de ellas sigue su propia voluntad. Ser es querer y lo mismo es devenir. No hay absolutamente nada en este mundo que no tenga su voluntad. La gran voluntad de la que fluyen todas estas voluntades, infinitamente variadas, es lo que llamo el “Inconsciente cósmico (u ontológico)”, que es el depósito a cero de posibilidades infinitas. El “¡*Mu*!” se liga así al inconsciente actuando sobre el plano conativo de la conciencia. El *koan* que parece intelectual o dialéctico lo conduce también finalmente a uno, psicológicamente, al centro conativo de la conciencia y a la Fuente misma.

5

Como dije antes, el estudiante del *zen*, después de permanecer con el maestro durante algunos años —o únicamente algunos meses— llegará a un estado de paralización absoluta. Porque no sabe hacia dónde ir; ha tratado de resolver el *koan* en el nivel relativo pero sin ningún resultado. Ahora se encuentra en un callejón sin salida, sin modo de escapar. En este momento, el maestro puede decir: “Es bueno estar en un callejón sin salida, ha llegado el momento de que hagas un viraje completo.” El maestro puede continuar así: “No debes pensar con la cabeza sino con el abdomen, con el vientre.”

Esto puede sonar muy extraño. De acuerdo con la ciencia moderna, la cabeza está llena de masas grises y blancas, células y fibras conectadas de ésta y la otra manera. ¿Cómo puede ignorar el maestro zen este hecho y recomendarnos que pensemos con el abdomen? Pero el maestro zen es un hombre extraño. No los escuchará a ustedes ni a lo que ustedes puedan decirle sobre las ciencias, modernas o antiguas. Él sabe lo que se trae entre manos mucho mejor, a partir de su propia experiencia.

Yo tengo mi manera de explicar la situación, aunque quizá no sea científica. El cuerpo puede dividirse en tres partes, es decir, funcionalmente: la cabeza, las partes abdominales y los miembros.

Las piernas son para la locomoción, pero las manos se han diferenciado y se han desarrollado a su manera. Ahora se dedican a obras de creación. Estas dos manos con sus diez dedos modelan toda clase de cosas destinadas al bienestar del cuerpo. Mi intuición me dice que las manos se desarrollaron primero y después la cabeza, que gradualmente se convirtió en un órgano independiente de pensamiento. Cuando las manos son utilizadas de esta o aquella manera, deben separarse del suelo, diferenciándose de las de los animales inferiores. Una vez que las manos humanas se liberan así del suelo, dejando sólo las piernas para la locomoción, pueden seguir su propia línea de desarrollo, que a su vez mantendrá la cabeza erecta y permitirá que los ojos contemplen un medio más amplio. El ojo es un órgano intelectual, mientras que la oreja es un órgano más primitivo. En cuanto a la nariz, es mejor que se mantenga alejada de la tierra, porque el ojo ha empezado ahora a recoger un horizonte más amplio. La ampliación del campo de visión significa que la mente se desliga cada vez más de los objetos de los sentidos, convirtiéndose en un órgano de abstracción y generalización intelectual.

Así, la cabeza simboliza la intelección y el ojo, con sus músculos móviles, es su útil instrumento. Pero la parte abdominal donde se contienen las vísceras es controlada por los nervios involuntarios y representa el estadio más primitivo de evolución en la estructura del cuerpo humano. Las partes abdominales están más cerca de la naturaleza, de la que todos venimos y a la que todos volvemos. Están, pues, en más intimo contacto con la naturaleza y pueden sentirla, hablar con ella y someterla a “inspección”. La inspección, sin embargo, no es una operación intelectual; es, si puedo decirlo, afectiva. “Sentimiento” puede ser una palabra mejor cuando se usa el término en su sentido fundamental.

La inspección intelectual es la función de la cabeza y, por tanto, el conocimiento que podamos tener de la naturaleza por esta fuente es una abstracción o una representación de la naturaleza y no la naturaleza misma. La naturaleza no se revela como es al entendimiento —es decir— a la cabeza. Son las partes abdominales las que sienten la naturaleza y la conocen en su mismidad. El tipo de conocimiento, que puede llamarse afectivo o de connación, comprende todo el ser de una persona simbolizado por las partes abdominales del cuerpo. Cuando el maestro zen nos dice que retengamos el *koan* en el abdomen, quiere decir que el *koan* debe ser asumido por todo el ser, que uno debe identificarse completamente con él, no mirarlo intelectual ni objetivamente como si fuera algo de lo que podríamos mantenemos alejados.

Un científico norteamericano visitó una vez a unas poblaciones primitivas y cuando se les dijo que los occidentales pensaban con la cabeza, los hombres primitivos pensaron que los norteamericanos estaban locos. Dijeron: “Nosotros pensamos con el abdomen.” Los habitantes de China y del Japón —no podría decir sí también los de la India—, cuando surgen algunos problemas difíciles, dicen frecuentemente: “Piensa con el abdomen”, o simplemente pregúntale a tu vientre”. Así, cuando surge alguna pregunta en relación con nuestra existencia, se nos aconseja que “pensemos” con el vientre, no con ninguna de las partes separables del cuerpo. “El vientre” representa a la totalidad del ser, mientras que la cabeza, que es la última parte que se desarrollé del cuerpo, representa la intelección. El entendimiento nos sirve esencialmente para objetivar el tema sujeto a consideración. Por tanto, sobre todo en China, la persona ideal es una persona corpulenta, con un abdomen protuberante, tal como se pinta en la figura de Hotei (Pu-tai en chino), considerado como la encarnación del Buda futuro, Maitreya. [33]

“Pensar” con el abdomen significa en realidad hacer descender el diafragma a fin de dejar espacio para que los órganos torácicos funcionen adecuadamente y mantener el cuerpo equilibrado y bien ajustado para la recepción del *koan*. Todo el procedimiento consiste en no hacer del *koan* un objeto de intelección; porque el entendimiento siempre mantiene a su objeto alejado de si mismo, para contemplarlo a cierta distancia, como si temiera mortalmente tocarlo, por no decir nada de agarrarlo y sostenerlo en las manos desnudas. El zen, por el contrario, nos dice no sólo que agarremos con las

manos el *koan*, con el abdomen, sino que nos identifiquemos con él de la manera más completa, de modo que cuando como o bebo no soy Yo, sino el *koan* el que come o bebe. Al llegar a esto, el *koan* se resuelve sin que yo haga ninguna otra cosa.

En cuanto a la importancia del diafragma en la estructura del cuerpo humano, no sé nada desde el punto de vista médico, pero mi conocimiento de sentido común, basado en ciertas experiencias, es que en relación con la parte abdominal el diafragma tiene mucho que ver con el propio sentido de seguridad, que procede de estar más íntimamente relacionado con el fundamento de las cosas; es decir, con la realidad última. Establecer este tipo de relación se llama en japonés *kufū suru.* Cuando el maestro zen dice que debe uno proseguir el *kufū* sobre el *koan* con las partes abdominales, no se refiere a otro acto que no sea al intento de establecer esta relación con éxito. Es quizá una manera de hablar primitiva o precientífica, esto de tratar de establecer una relación entre el diafragma, el abdomen y la realidad última. Pero no hay duda, por otra parte, de que nos hemos vuelto demasiado sensibles por lo que respecta a la cabeza y su importancia en relación con nuestras actividades intelectuales. En todo caso, el *koan* no puede resolverse con la cabeza; es decir, intelectual o filosóficamente. Cualquiera que sea el método lógico que pueda parecer deseable o posible en un principio, el *koan* está destinado a ser resuelto definitivamente con las partes abdominales.

Veamos el caso del báculo en manos del maestro. Lo levanta y declara: “No lo llamo un báculo. ¿Cómo lo llamarían ustedes?” Esto puede parecer como si exigiera una respuesta dialéctica, porque la afirmación o desafío equivale a decir: “Cuando A no es A ¿qué es?” o “Cuando Dios no es Dios ¿qué es?” Se viola aquí la ley lógica de la identidad. Cuando A se define como A, debe seguir siendo A y nunca no-A, B o X. El maestro hace algunas veces otro anuncio: “El báculo no es un báculo y sin embargo es un báculo.” Cuando el discípulo se acerca al maestro con una mentalidad lógica y afirma que el desafío es absurdo, recibirá sin duda un golpe de báculo de manos del maestro. El discípulo no puede evitar ser llevado a un callejón sin salida, porque el maestro es duro y se niega en absoluto a rendirse a cualquier presión intelectual. Todo el *kufū* que el discípulo se ve obligado a hacer, ahora debe realizarlo con sus partes abdominales y no con su cabeza. El entendimiento debe ceder su lugar a la voluntad.

Veamos otro ejemplo. El Sexto Patriarca pidió ver “la cara que tienes antes del nacimiento”. La dialéctica no es aquí de ninguna ayuda. La exigencia corresponde a la afirmación de Cristo: “Antes que Abraham fuese, yo soy.” Cualquiera que sea su interpretación tradicional por parte del teólogo cristiano, el *ser* de Cristo desafía nuestro sentido humano del tiempo serial. Lo mismo sucede con la “cara” del Sexto Patriarca. El entendimiento puede hacer el mayor esfuerzo, pero el patriarca y Cristo lo rechazarán indudablemente como irrelevante. La cabeza debe inclinarse ahora ante el diafragma y la mente ante el alma. La lógica, lo mismo que la psicología, debe ser destronada, para situarla más allá de todo tipo de intelectualización.

Para proseguir con esta conversación simbólica: la cabeza es consciente mientras que el abdomen es inconsciente. Cuando el maestro le pide a sus discípulos que “piensen” con la parte inferior del cuerpo, quiere decir que el *koan* debe ser sometido al inconsciente y no al campo consciente de la conciencia. El *koan* debe “sumergirse” en todo el ser y no detenerse en la periferia. Literalmente, esto no tiene sentido, no hace falta decirlo. Pero cuando comprendemos que el fondo del inconsciente donde se “sumerge” el *koan* es donde ni el *alaya vijñana*, la “conciencia que todo lo conserva”[34] puede captarlo, vemos que el *koan* no está ya en el campo de la intelección, sino que se identifica plenamente con el propio Yo. El *koan* está ahora más allá de todos los límites de la psicología.

Al trascender todos estos límites —lo que significa ir más allá del llamado inconsciente colectivo — se llega a lo que se conoce en budismo como *adarsanajñana,* “conocimiento de espejo”. La oscuridad del inconsciente se rompe y se ven todas las cosas como se ve la propia cara en el espejo brillante.

El método *koan* para estudiar el zen, como dije antes, comenzó en China en el siglo XII, con los maestros de la época Sung, como Goso Hoyen (muerto en 1104), Yengo Kokugon (1063-1135) y Daiye Soko (1089-1163). Pero su sistematización se realizó en Japón, poco después de la introducción del zen en el siglo XIII. Al principio, el *koan* se clasificó en tres tipos: *prjña*-intuitivo (*richi*), activo (*kikwan*) y el último (*kojo*). Más tarde, en el siglo XVII, Hakuin y sus seguidores lo ampliaron a cinco o seis, pero en esencia los tres primeros siguen siendo válidos. Sin embargo, como el esquema se completó, todos los estudiosos del zen que pertenecen a la escuela Rinzai lo estudian actualmente de acuerdo con ese esquema, de tal manera que el estudio es más o menos estereotipado y en esa medida muestra signos de deterioro.

Los ejemplos típicos y clásicos de los estudiosos del *koan* son aportados por Bukko Kokushi (1226-86) en China y por Hakuin (1685-1768) en Japón[35]. El acercamiento al zen por quienes no practican el sistema del *koan* puede ejemplificarse, hasta donde sé, por Rinzai (muerto en 867) en China y Bankei (1622-93) en Japón[36]. Los estudiosos interesados en el estudio psicológico del zen pueden consultar algunos de mis trabajos sobre este tema.

Quiero añadir algunas palabras. *Jñana* se traduce corrientemente como "conocimiento", pero para ser exactos sería mejor "intuición". Algunas veces lo traduzco como "sabiduría trascendental", en especial cuando tiene el prefijo *pra*, como *prajña*[37]. El hecho es que, cuando tenemos una intuición, el objeto sigue ante nosotros y lo sentimos, lo percibirnos o lo vemos. Hay una dicotomía de sujeto y objeto. En el *prajña*, esta dicotomía ya no existe. *Prajña* no se preocupa por los objetos finitos como tales; es la totalidad de las cosas que cobran conciencia de sí como tales. Y esta totalidad no está limitada en absoluto. Una totalidad infinita va más allá de nuestra comprensión humana ordinaria.

Pero la intuición-*prajña* es esta intuición totalizadora "incomprensible" de lo infinito, que es algo que nunca puede tener lugar en nuestra experiencia diaria limitada a objetos o acontecimientos finitos. El *prajña* por tanto, puede producirse, en otras palabras, sólo cuando objetos finitos de los sentidos y del entendimiento se identifican con el infinito mismo. En vez de decir que el infinito se ve a sí mismo en sí mismo, se acerca mucho más a nuestra experiencia humana el decir que un objeto considerado como finito, como perteneciente al mundo dicótomo de sujeto y objeto, es percibido por *prajña* desde el punto de vista de lo infinito. Simbólicamente, lo finito se ve reflejado entonces en el espejo de lo infinito. El entendimiento nos informa que el objeto es finito, pero *prajña* lo contradice y declara que es el infinito más allá del campo de la relatividad. Ontológicamente, esto significa que todos los objetos o seres finitos son posibles por el infinito subyacente, o que los objetos están relativa y por tanto limitadamente expuestos en el campo del infinito sin lo cual no tienen morada.

Esto nos recuerda la epístola de San Pablo a los Corintios (I *Corintios* XIII, 12) donde dice[38]: "Ahora vemos por el espejo en la oscuridad; mas entonces veremos cara a cara: ahora conozco en parte; mas entonces reconoceré [a Dios] como soy conocido." "Ahora" se refiere a una secuencia de tiempo relativa y finita, mientras que "entonces" es la eternidad que, en mi terminología, es intuición-*prajña*. En la intuición-*prajña* o "conocimiento" veo a Dios como es en sí mismo, no "en oscuridad" ni "en parte" —porque estoy frente a él "cara a cara"— no, porque soy como es él.

El *adarsanajñana* que se revela cuando el fondo del inconsciente, es decir, del *alayavijñana*, es traspasado, sólo es la intuición-*prajña*. La voluntad primaria de la que surgen todos los seres no es ciega ni inconsciente; lo parece por nuestra ignorancia (*avidya*) que oscurece el espejo, haciéndonos olvidar aun el hecho de su existencia. La ceguera está de nuestro lado y no del lado de la voluntad, que es primaria y fundamentalmente no-ética tanto como connación. La voluntad es *prajña* más *karuna*,

sabiduría más amor. En el plano relativo, limitado, finito, la voluntad es considerada como fragmentariamente revelada; es decir, podemos tomarla como algo distinto de nuestras actividades mentales. Pero cuando se revela en el espejo del *adarsanajñana*, es “Dios como es”. En él, el *prajña* no se diferencia del *karuna*. Cuando se menciona uno, el otro participa inevitablemente.

No puedo evitar añadir una o dos palabras más. Algunas veces se menciona una relación interpersonal con referencia al ejercicio del *koan* cuando el maestro hace una pregunta y el discípulo la recoge en su entrevista con el maestro. En especial cuando el maestro se opone rígida e irrevocablemente al enfoque intelectual del discípulo, éste, sin poder determinar cómo plantear la situación, siente como si dependiera en absoluto de la mano del maestro para ayudarlo a levantarse. El zen rechaza este tipo de relación entre maestro y discípulo porque no conduce a la experiencia de la iluminación por parte del discípulo. Porque es el *koan* “¡*Mu*!”, que simboliza la última realidad misma y no el maestro, lo que surgirá del inconsciente del discípulo. Es el *koan* “¡*Mu*!” lo que hace al maestro golpear al discípulo quien, al despertar, a su vez abofetea al maestro. No hay Yo en su fase finita limitada en este encuentro semejante a una lucha. Es muy importante que esta se entienda sin ningún tropiezo en el estudio del zen.

V. Los cinco pasos (Go-i)

1

Se han formulado algunas preguntas[39] —preguntas que surgieron de sesiones anteriores de este “seminario”— y a medida que las revisé descubrí que la mayoría de ellas parecían olvidar el punto central en tomo al cual gira el zen. Esto me decidió a decir algo más acerca de la vida y la enseñanza zen.

El zen, podemos decir, es un tema extraño sobre el que podemos escribir o hablar durante un tiempo indefinidamente largo, sin que podamos agotar todo su contenido. Por otra parte, si lo deseáramos, lo podríamos demostrar levantando un dedo, estornudando, guiñando los ojos o pronunciando un sonido sin sentido.

Así se ha afirmado que aunque todos los océanos de la tierra se convirtieran en tinta, todas las montañas en un pincel, y todo el mundo en hojas de papel, y se nos pidiera que escribiéramos sobre el zen, no podría darse plena expresión a él. No es raro que mi torpe lengua, tan distinta a la de Buda, no haya podido hacer que los demás llegaran a una comprensión del zen en las cuatro conferencias anteriores.

La siguiente exposición tabular de los cinco “pasos”, conocidos como ***go-i***, en el adiestramiento zen facilitará nuestra comprensión de éste. El “*go*” en *go-i* significa “cinco” y el “*i*” significa “una situación”, “un peldaño” o “un paso”. Estos cinco se dividen en dos grupos: no-éticos y afectivos o de connación. El del medio, el tercer “paso” es el punto de transición en el que lo noético empieza a ser de connación y el conocimiento se convierte en vida. Aquí la comprensión noética de la vida zen se hace dinámica. “La palabra” se encarna; la idea abstracta se transforma en una persona viva que siente, quiere, espera, aspira, sufre y es capaz de hacer cualquier cantidad de trabajo.

En el primero de los dos últimos “pasos”, el hombre dedicado al zen trata de apresar su visión al máximo de sus capacidades. En el último alcanza su destino, que en realidad no es ningún destino.

El *go-i* se lee en japonés como sigue:

1. *Sho chu hen*, “el *hen* en el *sho*”.
2. *Hen chu sho*, “el *sho* en el *hen*”.
3. *Sho chu rai*, “la venida del *sho*”.
4. *Ken chu shi*, “la llegada al *ken*”.
5. *Ken chu to* “el establecimiento en el *ken*”.

El *sho* y el *hen* constituyen una dualidad como el *yin* y el *yang* en la filosofía china. *Sho* significa literalmente “bueno”, “derecho”, “justo”, “equilibrado”; y *hen* es “parcial”, “unilateral”, “desequilibrado”, “desviado”. Los equivalentes en castellano serían más o menos así:

El Sho	El *Hen*
Lo absoluto	Lo relativo
Lo infinito	Lo finito
Lo uno	Lo múltiple
Dios	El mundo
Lo oscuro (indiferenciación)	La luz (diferenciación)
Igualdad	Diferencia
Vacío *(sunyata)*	Forma y materia *(namarupa)*
Sabiduría *(praiña)*	Amor *(karuna)*

Ri (*li*) “lo universal” *Ji* (*shih*) “lo particular”

(“A” representará a *sho* y “B” a *hen.)*

Veamos los pasos:

1) ***Sho chu hen***, “el *hen* en el *sho*”, significa que lo uno es lo múltiple, Dios en el mundo, lo infinito en lo finito, *etc.* Cuando *pensamos,* el *sho* y el *hen* están en oposición y no pueden reconciliarse. Pero en realidad, el *sho* no puede ser el *sho* ni el *hen* puede ser el *hen* cada uno por sí. Lo que hace lo múltiple *(hen)*, lo múltiple es que lo uno que está en ello. Si lo uno no está allí, no podemos hablar siquiera de lo múltiple.

2) ***Hen chu sho***, “el *sho* en el *hen”*, complementa el inciso 1) anterior. Si lo uno está en lo múltiple, lo múltiple debe estar en lo uno. Lo múltiple es lo que hace posible lo uno. Dios es el mundo y el mundo está en Dios. Dios y el mundo están separados y no son idénticos en el sentido de que Dios no puede existir fuera del mundo y que lo uno no se distingue de lo otro. Son uno y, sin embargo, cada uno retiene su individualidad: Dios es infinitamente particularizante y el mundo de particulares se encuentra anidado en el regazo de Dios.

3) Llegamos ahora al tercer paso en la vida del hombre dedicado al zen. Éste es el punto decisivo en el que la cualidad noética de los dos pasos anteriores se transforma en la connación y se convierte realmente en una personalidad viva, sensible y volitiva. Hasta este momento era la cabeza, el intelecto, en el sentido más preciso que pudiera entenderse. Ahora se le añade el tronco con todos sus contenidos viscerales y también con todos los miembros, en especial las manos, cuyo número puede crecer hasta mil (símbolo del infinito) como los de Kwannon, la Bodhisattva. Y en esta vida interior se siente como el Buda niño, que hizo, tan pronto como salió del cuerpo de su madre, esta afirmación: “El cielo arriba, la tiara abajo, yo solo soy el más honorable.”

De paso, sé que cuando cito esta afirmación de Buda, las personas de mente científica podrán sonreír y decir: “¡Qué tontería! ¿Cómo podría un niño acabado de salir del cuerpo de su madre, hacer una afirmación filosófica tan profunda? ¡Absolutamente increíble!” Creo que tienen razón. Pero debemos recordar que aunque somos seres racionales —según espero—, somos al mismo tiempo criaturas irracionales, aficionadas a todo tipo de absurdos, llamados milagros. ¿No resucitó Cristo después de muerto y subió al cielo, aunque no sabemos qué tipo de cielo era aquél? ¿No realizó su madre, la Virgen María, aún en vida, el mismo milagro? La razón nos dice una cosa, pero hay algo más allá de la razón en cada uno de nosotros y aceptamos fácilmente los milagros. En realidad nosotros, que constituimos el tipo de humanidad más común, realizamos también milagros a cada momento de nuestras vidas, independientemente de nuestras divergencias religiosas.

Fue Lutero quien dijo: “Aquí estoy, no puedo hacer otra cosa.” Fue Hyakujo quien, al preguntársele qué era la cosa más maravillosa, replicó: “Estoy sentado solo en la cumbre del Monte Daiyu.” El Monte Daiyu está donde se encontraba su monasterio. En el original chino, no se hace ninguna referencia a nada ni a nadie que esté sentado; es simplemente: “Solo sentado en el Monte Daiyu.” El que está sentado no es separado de la montaña. La soledad del hombre dedicado al zen, a pesar de encontrarse en un mundo pletórico de multitudes, es muy notable.

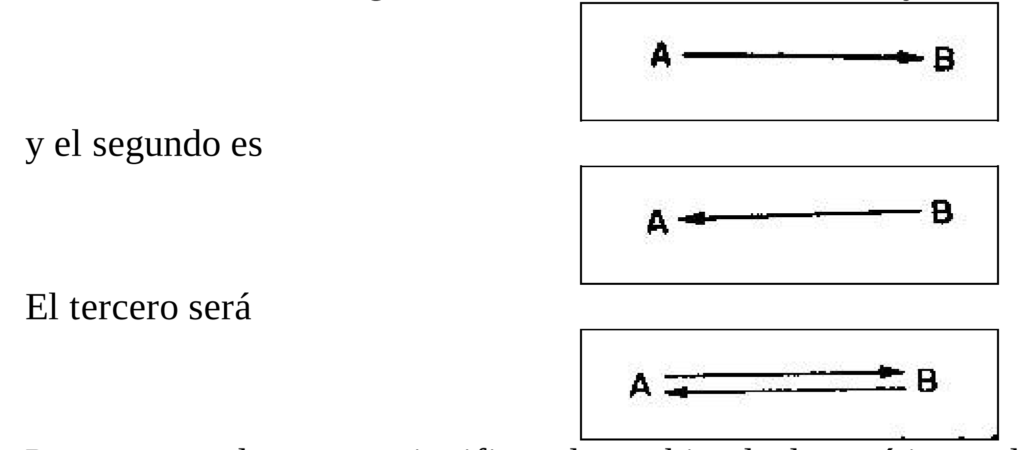
El “verdadero hombre sin título” de Rinzai no es otro que el que está en este momento frente a cada uno de nosotros, atendiendo seguramente a mi voz cuando hablo o a mi palabra cuando escribo. ¿No es éste el hecho más maravilloso que todos experimentamos? De ahí el sentimiento que el filósofo tiene del “misterio del ser”, si lo ha sentido realmente.

Por lo común, hablamos del “yo”, pero “yo” es sólo un pronombre y no es la realidad misma. Muchas veces me gustaría preguntar: “¿Qué representa el ‘yo’?” Si “yo” es un pronombre como “tú”, “él”, “ella” o “ello”, ¿qué hay detrás? ¿Puede alguien captarlo y decirme: “Esto es”? El psicólogo nos informa que el “yo” no tiene existencia, que es un simple concepto que designa una estructura o una integración de relaciones. Pero el hecho extraño es que cuando el “yo” se llena de ira, quiere destruir

al mundo entero, junto con la estructura misma de la que es símbolo. ¿De dónde deriva su dinámica un simple concepto? ¿Qué hace que el “yo” se declare el único existente real? El “yo” no puede ser simplemente una alusión ni una ilusión, debe ser algo más real y sustancial. Y es verdaderamente real y sustancial, porque es “aquí” donde el *sho* y el *hen* se unifican como una identidad viva de la contradicción. Toda la fuerza que tiene el “yo” proviene de esta identidad. De acuerdo con Meister Eckhart, la pulga en Dios es más real que el ángel por sí mismo. El “yo” ilusorio nunca puede ser “el más honorable”.

El *sho* en ***Sho chu rai*** no es utilizado en el mismo sentido que en *sho chu hen* o en *hen chu sho*. El *sho* en *Sho chu rai* debe leerse junto con el siguiente *chu* como *sho chu*, lo que significa “desde el medio del *sho* como *hen* y *hen* como *sho*”. *Rai* es “venir” o “provenir”. Por tanto, toda la combinación *sho chu rai,* significa “el que sale precisamente del medio de *sho* y *hen* en su identidad contradictoria”.

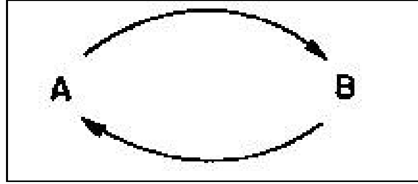
Si establecemos las siguientes fórmulas donde *sho* es A y *hen* es B, el primer paso es:



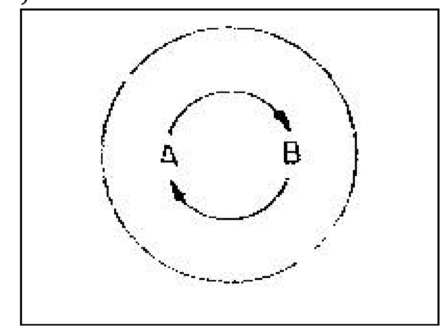
y el segundo es

El tercero será

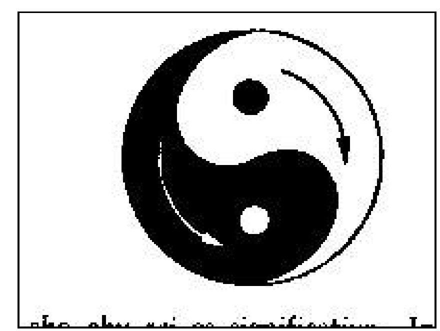
Pero como el tercero significa el cambio de lo noético a lo connativo y de la lógica a la personalidad, debe formularse de la siguiente manera:



Es decir, cada línea recta debe transformarse en una curva que indica movimiento; y debemos recordar que, como este movimiento no es algo meramente mecánico sino vivo, creador e inexhaustible, no basta la flecha curva. Quizá podríamos encerrar todo el símbolo en un círculo, haciendo que represente el *dharmacakra*, la rueda cósmica en su revolución interminable, así:



O podemos adaptar el símbolo chino de su filosofía del *yin* y el *yang* como un símbolo del*Sho chu rai:*



El *rai* en *sho chu rai* es significativo. Indica movimiento, junto con el *shi* en el cuarto paso, *hen chu shi*. *Rai* es “provenir” y *shi* significa “en el proceso de llegar al destino” o “moverse hacia la meta”. La abstracción lógica, *Logos,* sale ahora de su encierro y se encarna, se personaliza y entra en un mundo de complejidades como “el león de melena dorada”.

Este “león de melena dorada” es el “yo” que es a la vez finito e infinito, transitorio y permanente, limitado y libre, absoluto y relativo. Esta figura viviente me recuerda el famoso Cristo del “Juicio Final” de Miguel Ángel, en la Capilla Sixtina. Pero el “yo” zen, por lo que se refiere a sus manifestaciones exteriores, no es absoluto como el Cristo, tan enérgico y poderoso y autoritario. Es apacible, discreto y lleno de humildad.

Algunos filósofos y teólogos hablan del “Silencio” oriental en contraste con el “Verbo” occidental, que se convierte en “carne”. No entienden, sin embargo, lo que Oriente realmente quiere decir con su “silencio”, porque no se opone al “verbo”, es el verbo mismo, es el “silencio atronador” y no el que se sumerge en las profundidades del no-ser, ni se absorbe en la indiferencia eterna de la muerte. El silencio oriental se parece al ojo del huracán; es el centro de la furiosa tormenta y sin él no es posible ningún movimiento. Extraer este centro de inmovilidad de lo que lo rodea es conceptualizarlo y destruir su significado. El ojo es lo que hace posible el huracán. El ojo y el huracán constituyen juntos la totalidad. El pato que flota apaciblemente en la superficie del lago no debe ser separado de sus patas que se mueven de continuo, aunque en forma invisible, bajo el agua. Los dualistas no ven generalmente el todo en su coherente totalidad concreta.

Los que piensan en forma dualista pueden acentuar parcialmente el aspecto móvil o el aspecto carnalmente visible de la realidad e, ignorando todo lo demás, darle la mayor importancia. Por ejemplo, el ballet es un producto occidental característico. El movimiento rítmico del cuerpo y los miembros se produce vivamente en todas sus complejidades armónicas. Compárese con la danza *noo* japonesa. ¡Qué contraste! El ballet es casi el movimiento mismo, los pies apenas tocan el suelo. El movimiento está en el aire: la estabilidad está notablemente ausente. En el *noo*, el escenario presenta un espectáculo muy distinto. Equilibrada, solemnemente, como si realizara un rito religioso, manteniendo los pies sólidamente sobre el suelo y el centro de gravedad en las partes abdominales del cuerpo, el actor sale del *hanamichi* a la mirada ansiosa del auditorio. Se mueve como si no se moviera. Ilustra la doctrina laotsiana de la acción de la no-acción.

De una manera semejante, el hombre dedicado al zen nunca es indiscreto, sino que siempre se borra a sí mismo y no es presuntuoso. Aunque se declara “el más honorable”, no hay nada en su apariencia exterior que muestre su vida interior. Es el que mueve sin moverse. Aquí es, sin duda, donde surge el verdadero “yo”, no el “yo” que cada uno de nosotros afirma ordinariamente, sino el “yo” que se descubre a sí mismo *sub specie aeternitatis*, en medio del infinito. Este “yo” es el suelo más seguro donde todos podemos encontrarnos y sobre el que todos podemos sostenemos sin miedo, sin sensación de ansiedad, sin el atormentador momento de indecisión. Este “yo” puede descartarse casi hasta la no existencia, porque no es en absoluto presuntuoso y nunca proclama ruidosamente que debe ser reconocido y apreciado. Los dualistas olvidan esto; exaltan al bailarín de ballet y se aburren con el actor *noo*.

Al discutir la idea de la ansiedad de Sullivan *(véase* el Prefacio), se desprendió que la ansiedad

puede ser de dos tipos: la ansiedad neurótica y la ansiedad existencial; que ésta era más básica y, además, que al resolverse la ansiedad básica, la neurótica se resolvía por sí sola. Todas las formas de ansiedad vienen del hecho de que en alguna parte de nuestra conciencia existe el sentimiento de conocimiento incompleto de la situación y esta falta de conocimiento conduce a una sensación de inseguridad y a la ansiedad, con todos sus grados de intensidad. El "yo" está siempre en el centro de cualquier situación con que podamos tropezar. Por tanto, cuando el "yo" no se conoce plenamente, no dejan de atormentamos preguntas y pensamientos como los siguientes:

"¿Tiene la vida algún sentido?"

"¿Es todo realmente 'vanidad de vanidades'? Si es así ¿hay alguna esperanza de captar lo que en verdad vale la pena alcanzar?"

"Estoy inmerso en el remolino de los meros hechos, todos dados, todos limitados, todos absoluta y definitivamente invariables, *etc.* Estoy indefenso; soy el juguete de la fatalidad. Y sin embargo afloro la libertad; quiero ser dueño de mí mismo. No puedo elegir; sin embargo, es necesaria una decisión en un sentido u otro. No se qué hacer. Pero ¿qué soy 'yo' que estoy realmente detrás de todas estas preguntas enredadas y atormentadoras?"

"¿Dónde está pues el suelo seguro en el que pueda sostenerme sin ninguna sensación de ansiedad? O ¿qué es el "yo"? Porque yo sé que "yo" puede ser ese suelo seguro. ¿Será éste el hecho que no había podido descubrir hasta ahora? El "yo" debe ser descubierto. Y estaré bien!"

2

Sho chu rai ya ha dado la respuesta a todos estos pensamientos, pero cuando lleguemos al cuarto paso, ***Ken chu shi***, sabremos más acerca del "yo" en su actividad intensa que, sin embargo, es no-actividad. Esto será comprensible, espero, cuando lleguemos al quinto y último paso, cuando el hombre dedicado al zen alcance su meta final. Allí se encuentra, sentado inocentemente, cubierto de suciedad y cenizas.

4) Con estas observaciones vayamos al cuarto paso. En realidad, el tercero y el cuarto están íntimamente relacionados y el uno no puede ser dado sin el otro.

En la medida en que el hombre dedicado al zen tiene una conciencia lógica y noética, tiene conciencia del *sho* y el *hen* y puede querer referirse a su identidad contradictoria. Pero tan pronto como entra en el *Ken chu shi*, sale del ojo del huracán y se sumerge en medio de la tormenta. Tanto el *sho* como el *hen* son dispersados a los cuatro vientos. El hombre está ahora en la tormenta misma.

Ken significa "ambos" y se refiere al dualismo de lo negro y los blanco, lo oscuro y lo claro, el amor y el odio, el bien y el mal, que es la realidad del mundo en que el hombre dedicado al zen conduce ahora su vida. Mientras que *Sho chu rai* nos recuerda algo de los dos pasos anteriores, *Ken chu shi* los ha dejado atrás, porque es la vida misma libre de sus paradojas intelectuales o, más bien, incluye sin separación ni diferencias o, mejor, en forma total, todo lo intelectual, afectivo o de connación. Es el mundo tal como lo tenemos con todos sus "meros hechos" como los toman algunos filósofos, que se nos enfrenta irrevocablemente. El hombre dedicado al zen ha "puesto sus pies" (*shi*) justo en ellos. Su verdadera vida empieza aquí. Éste es el sentido del *Ken chu shi* "ha entrado ahora en medio de las dualidades (*hen*). Aquí de hecho, con toda realidad, empieza la vida de amor (*karuna*) del hombre dedicado al zen.

Joshu Jushin, uno de los grandes maestros zen de la época T'ang, tenía su monasterio en unas montañas notables por un puente natural de piedra. Un día un monje visitó a Joshu y le dijo: "Oh Maestro, tu puente de piedra es famoso en todo el imperio pero yo veo que no es más que un desvencijado puente de madera." Joshu respondió: "Tú ves tu puente desvencijado y no eres capaz de ver el verdadero puente de piedra." El monje preguntó: "¿Qué es el puente de piedra?"

El puente de Joshu se parece a las arenas del Ganges, que son atravesadas por toda clase de animales que las ensucian y, sin embargo, las arenas no se quejan. Todas las huellas dejadas por criaturas de todo tipo son borradas enseguida; y las inmundicias son también absorbidas que las arenas quedan tan limpias como siempre. Lo mismo sucede con el puente de piedra de Joshu: actualmente no sólo caballos y burros, sino todo tipo de transportes, aún camiones pesados y convoyes pasan sobre él, y siempre está dispuesto a acomodarlos. Aún cuando lo maltratan, su complacencia no varía. En el "cuarto paso", el hombre dedicado al zen es como el puente. Puede que no ofrezca la mejilla derecha para que la golpeen, cuando ya ha sido lastimada en la izquierda, pero trabaja silenciosamente por el bienestar de sus semejantes.

A Joshu le dijo una vez una anciana: "Soy mujer y la vida de la mujer es muy dura. Cuando niña, tiene que obedecer a sus padres. Cuando ha crecido lo suficiente, se casa y tiene que obedecer al marido. Cuando llega a vieja, obedece a sus hijos. Su vida no es sino obedecer y obedecer. ¿Por qué tiene que llevar semejante vida sin ninguna etapa de libertad e independencia? ¿Por qué no es como otros que ni siquiera tienen sentido de la responsabilidad? Me rebelo contra el viejo modo de vida chino." Joshu dijo (Que tu plegaria sea): "otros pueden tener todo lo que quieran. En cuanto a mí, sigo la suerte que se me ha asignado".

El consejo de Joshu, podríamos protestar, lleva a una vida de absoluta dependencia, en contraposición con el espíritu de la vida moderna. Su consejo es demasiado conservador, demasiado negativo, demasiado abnegado; no hay sentido de la individualidad. ¿No es esto típico de la enseñanza budista de *khsanti*, la pasividad, la nada?

No soy el defensor de Joshu. Dejemos que él responda, de cierta manera, a esta objeción, al expresar así su propia idea:

Alguien preguntó: "Eres tan santo. ¿Dónde te encontrarás después de la muerte?"

Joshu, el maestro zen, respondió: "¡Me voy al infierno antes que todos ustedes!"

El interrogador se sintió fulminado y dijo: "¿Cómo podría ser?"

El maestro no vaciló: "Si yo no me fuera primero al infierno ¿quién estaría esperando allí para salvar a gente como tú?"

Ésta es, en efecto, una declaración fuerte, pero desde el punto de vista zen de Joshu, estaba plenamente justificado. No hay aquí un motivo egoísta. Toda su existencia se dedica a hacer bien a los demás. Si no fuera por esto, no podría hacer una declaración tan directa sin ningún error. Cristo afirma: "Yo soy el Camino." Llama a otros para ser salvados a través de Él. El espíritu de Joshu es también el de Cristo. En ellos no hay un espíritu arrogante, centrado en sí mismo. Simple e inocentemente, de todo corazón, expresan el mismo espíritu de amor.

Alguien preguntó a Joshu: "Buda es el iluminado y el maestro de todos nosotros. Está, desde luego, absolutamente libre de todas las pasiones (*klesa*) ¿no es así?" Joshu dijo: "No, es el que abriga la mayor parte de todas las pasiones." "¿Cómo es posible?" "¡Su mayor pasión es salvar a todos los seres!" respondió.

Uno de los grandes maestros zen del Japón describe la vida del hombre dedicado al zen en este punto como sigue[40]:

> El *bodhisattva* haría girar la rueda de la identidad de los opuestos o contradicciones: negro y blanco, oscuro y brillante, igualdad y diferencia, uno y múltiple, finito e infinito, amor y odio, amigo y enemigo, *etc*. Mientras está en medio de nubes y polvo, infinitamente jaspeadas, el *bodhisattva* trabaja con la cabeza y con la cara cubierta de fango y de cenizas. Donde la mayor confusión de pasiones ruge en sus indescriptibles furias, el *bodbisattva* vive su vida en todas sus vicisitudes, como dice el proverbio japonés: "siete veces rodando para arriba y para abajo y ocho veces poniéndose derecho". Es como la flor de loto en llamas,

cuyo color se vuelve cada vez más brillante a medida que atraviesa el bautismo de fuego.

Rinzai describe así a su "hombre sin título":

"Es el que está en la casa y, sin embargo, no permanece lejos del camino, es el que está en el camino y, sin embargo, no permanece lejos de la casa. ¿Es un hombre ordinario o un gran sabio? Nadie puede decirlo. Ni el diablo sabe dónde localizarle. Hasta el Buda es incapaz de manejarlo como se le antoje. Cuando tratamos de señalarlo, ya no está ahí; está del otro lado de la montaña."

En el *Lotus Sutra* tenemos esto: "Mientras una sola alma solitaria no haya sido salvada, volveré a este mundo para ayudarla." En el mismo *sutra,* dice Buda: "Un *bodhisattva* nunca entraría en el nirvana final. Permanecería entre todos los seres (*sarvasattva*) y trabajaría por su edificación e iluminación. Cuidaría de no evitar ningún sufrimiento si éste pudiera conducir al bienestar general".

Hay un *sutra* mahayana llamado el *Yuima-kyo* (*Vimalakirtisutra*), en el que el principal interlocutor es un discípulo laico de Buda, gran filósofo. Una vez se supo que estaba enfermo. Buda quería que uno de sus discípulos fuera a preguntar por su salud. Nadie aceptó porque Yuima era tan invencible en los debates que ninguno de sus contemporáneos podía derrotarlo. Monju (o Manjusri) se prestó a cumplir la comisión de Buda.

Cuando Monju le preguntó a Yuima sobre su enfermedad, éste respondió: "Estoy enfermo porque todos los seres están enfermos. Mi enfermedad será curable sólo cuando todos estén curadas. Todos son constantemente asaltados por la Codicia, la Ira y la Locura."

Como vemos, el amor y la compasión son la esencia de la condición de Buda y de *bodhisattva*. Estas "pasiones" las hacen permanecer entre los seres, mientras uno solo de ellos se encuentre todavía sin alcanzar la iluminación. Un proverbio japonés dice: "A este mundo de paciencia vienen y van ocho mil veces", en el sentido que los Budas y bodhisattvas visitarían un número indefinido de veces este mundo nuestro, lleno de insoportables sufrimientos, sólo porque su amor no conoce límites.

Una gran contribución de los chinos al budismo es su idea del trabajo. El primer esfuerzo consciente por establecer el trabajo como un aspecto del budismo fue realizado hace unos mil años por Hyakujo, el fundador del sistema monástico zen, a diferencia de otras instituciones budistas. Antes de Hyakujo, los monjes budistas se dedicaban principalmente a aprender, meditar y observar los preceptos del *vinaya*. Pero Hyakujo no se contentó con esto; aspiraba a seguir el ejemplo de Yeno, el Sexto Patriarca, que era un campesino en la China meridional y se ganaba la vida cortando madera y vendiendo combustible. Cuando se permitió a Yeno unirse a la fraternidad, se le asignó al patio trasero, donde molía el arroz, preparaba el combustible y realizaba otras labores domésticas.

Cuando Hyakujo organizó un nuevo monasterio exclusivamente para monjes zen, una de sus reglas fue el trabajo; cada monje, incluso el propio maestro, debía realizar alguna labor manual, doméstica. Aun cuando empezó a envejecer, Hyakujo se negó a abandonar su trabajo de jardinería. Sus discípulos se preocupaban por su edad avanzada y escondían todos sus implementos de jardinería, de modo que no pudiera trabajar tan duramente como acostumbraba. Pero Hyakujo declaró: "Si no trabajo no comeré."

Por esta razón, una característica de los templos y monasterios zen en Japón, lo mismo que en China, es que se mantienen limpios y en orden, y los monjes están dispuestos a desempeñar cualquier tipo de trabajo manual, por sucio o indeseable que sea.

Este espíritu de trabajo está quizá hondamente arraigado en la mentalidad china desde hace mucho tiempo porque, como va dije, el campesino de Chuang-Tzé se negó a hacer uso de la palanca, sin importarle realizar cualquier cantidad de trabajo, simplemente por gusto. Esto no está de acuerdo con la idea occidental y, en general, con la idea moderna de instrumentos de todo tipo, capaces de ahorrar trabajo. Una vez que se ha ahorrado así trabajo y ganado mucho tiempo para sus diversiones y

otras ocupaciones, la gente moderna se dedica a quejarse sobre lo insatisfecha que está de la vida, o a inventar armas que pueden matar a miles de seres humanos, simplemente apretando un botón.

Y oigamos lo que dicen: "Ésta es la manera de preparar la paz." ¿No es realmente fantástico ver que mientras los males fundamentales que anidan en la naturaleza humana no se destruyan y se da rienda suelta a la intelectualidad para que actúe a su antojo, ésta se esfuerza por descubrir la manera más fácil y más rápida de borrarse de la superficie de la tierra? Cuando el campesino de Chuang-Tzé se negó a preocuparse por la máquina ¿previó todos los males que sobrevendrían poco mas de veintiuno o veintidós siglos después? Confucio dice: "Cuando los hombres pequeños tienen mucho tiempo disponible, sin duda proyectan toda clase de males".

Antes de concluir, les expondré lo que pueden llamarse las virtudes cardinales del *bodhisattva* un hombre dedicado al zen. Se conocen como las seis *paramitas:*

1. *Dana* (caridad)
2. *Sila* (preceptos)
3. *Ksanti* (humildad)
4. *Virya* (energía)
5. *Dhyana* (meditación)
6. *Prajña* (sabiduría)

1) La caridad, o donación, es dar para beneficio y bienestar de todos los seres (*sarvasattva*) cualquier cosa y todo lo que uno es capaz de dar: no sólo bienes materiales, sino conocimiento, mundano así como religioso o espiritual (el conocimiento que pertenece al *Dharma*, la verdad última). Los *bodhisattvas* estaban dispuestos a dar inclusive su vida por salvar a los demás. (En los *Relatos de Jataka* se cuentan historias fantásticas sobre los *bodhisattvas*).

La historia del budismo japonés da un ejemplo notable de autosacrificio por parte de un maestro zen. Fue durante el periodo político conocido como la Era Guerrera en el siglo XVI cuando el Japón quedó desgarrado en varios ducados independientes controlados por los señores feudales. Oda Nobunaga resultó ser el más fuerte. Cuando derrotó a la vecina familia de los Takeda, uno de éstos se refugió en un monasterio zen. El ejército de Oda exigió que se lo entregaran, pero el abad se negó diciendo: "Es ahora mi protegido y, como seguidor de Buda, no puedo entregarlo." El general que dirigía el sitio amenazó con quemar todo el monasterio, junto con sus ocupantes. Como el abad se mantuvo firme, el edificio, formado de diversos cuerpos, fue incendiado. El abad, con unos cuantos monjes dispuestos a seguirlo, fue conducido al segundo piso de la torre, donde todos se sentaron con las piernas cruzadas. El abad les pidió que expresaran lo que se les ocurriera en ese momento y les dijo que se prepararan para la última hora. Cada uno dio su opinión. Cuando le llegó el turno al abad, recitó tranquilamente las siguientes líneas y después murió quemado vivo con los demás:

> ¡Para la práctica apacible de la dhyana (meditación)
> no es necesario ir al retiro de la montaña.
> Ten la mente limpia de todas las pasiones,
> y hasta las llamas son frescas y refrescantes.

2) ***Sila*** es observar los preceptos, dados por Buda, que conducen a la vida moral. En el caso de los que no tienen hogar, los preceptos tienden a mantener el orden de la fraternidad (*sangha*). La *sangha* es una sociedad modelo, cuyo ideal es conducir una vida pacífica, armoniosa.

3) ***Ksanti*** es entendida generalmente como "paciencia", pero en realidad significa atravesar pacientemente, o más bien con ecuanimidad, por actos de humillación. Como dice Confucio: "El hombre superior no debe guardar resentimientos ni aún cuando su trabajo o su mérito no sean

reconocidos por otros.” Ningún devoto budista se sentiría humillado por no ser plenamente apreciado, ni aun por ser injustamente ignorado. Se mantendría paciente bajo cualquier condición desfavorable.

4) ***Virya*** significa etimológicamente “virilidad”. Significa estar siempre dispuesto a realizar todo la que está de acuerdo can el *Dharma*.

5) ***Dhyana*** es conservar el propio estado de ánimo tranquilo en cualquier circunstancia, desfavorable o favorable, y no sentirse perturbado ni frustrado en absoluto, aún cuando se presenten, una tras otra, situaciones adversas. Esto requiere un gran entrenamiento.

6) ***Prajña***. No hay una palabra occidental correspondiente, porque los accidentales no tienen una experiencia que equivalga específicamente a la *prajña*. *Prajña* es la experiencia que un hombre tiene cuando siente, en un sentido más fundamental, la infinita totalidad de las cosas; es decir, hablando en términos psicológicos, cuando el ego finito, rompiendo su dura corteza, se refiere al infinito que envuelve todo lo finito y limitado y, por tanto, transitorio. Podemos tomar esta experiencia como algo semejante a una intuición totalizadora de algo que trasciende a todas nuestras experiencias particularizadas, específicas.

3

5) Llegamos ahora al último paso, ***Ken chu to***. La diferencia entre éste y el cuarto es el uso de *to* en vez de *shi*. *Shi* y *to* significan, en realidad, la misma acción, “llegar”, “alcanzar”. Pero de acuerdo con la interpretación tradicional, *shi* no ha completado todavía el acto de alcanzar, el viajero está todavía en el camino hacia la meta, mientras que *to* indica el acto pleno. El hombre dedicado al zen alcanza aquí su objeto, porque ha llegado a su destino. Trabaja tan esforzadamente como siempre; permanece en este mundo entre sus semejantes. Sus actividades diarias no varían; lo que se modifica es su subjetividad. Hakuin, el fundador del moderno zen Rinzai en Japón, dice lo siguiente sobre esto:

> Contratando a ese idiota sabio,
> trabajemos juntos para llenar
> el pozo de nieve.

Después de todo, no hay mucho que decir sobre la vida del hombre que se dedica al zen, porque su conducta exterior no significa mucho; está plenamente dedicado a su vida interior. Exteriormente puede vestir harapos y trabajar como un jornalero insignificante. En el Japón feudal, se encontraban con frecuencia entre los mendigos desconocidos practicantes del zen. Cuando menos hubo un caso de este tipo. Al morir este hombre, su tazón de arroz, con el que pedía de comer, fue accidentalmente examinado y se descubrió que tenía una inscripción en chino clásico que expresaba su visión de la vida y su comprensión del zen. De hecho, Bankei, el gran maestro zen, anduvo en una ocasión entre los mendigos hasta que fue descubierto y consintió en enseñar a uno de los señores feudales de aquel tiempo.

Antes de concluir, citaré uno o dos *mondo* que caracterizan al zen y espero que arrojen alguna luz sobre las exposiciones anteriores acerca de la vida del hombre que se dedica al zen. Quizá uno de los hechos más notables en esta vida es que la noción de amor, tal como la entienden los budistas, carece del rasgo de erotismo que, según observamos, se manifiesta con tanta fuerza en algunos santos cristianos. Su amor se dirige de una manera muy especial a Cristo, en tanto que los budistas no tienen prácticamente nada que ver con Buda sino con sus semejantes, no creyentes y creyentes. Su amor se manifiesta en forma de una labor sin reproches y caracterizada por el sacrificio personal en favor de los demás, como hemos visto más arriba.

Había una anciana que tenía una casa de té al pie del Monte Taisan, donde se localizaba un monasterio zen conocido en toda China. Siempre que un monje caminante le preguntaba cuál era el camino hacia Taisan, ella decía: “Sigue derecho.” Cuando el monje seguía su consejo, observaba: “He aquí otro que va por el mismo camino.” Los monjes zen no sabían cómo interpretar su observación.

La noticia de esto llegó a Joshu, quien dijo: “Bien, iré a ver qué clase de mujer es.” Se puso en camino y al llegar a la casa de té, le preguntó a la anciana por el camino que conducía a Taisan. Por supuesto, le contestó que siguiera derecho y Joshu hizo lo mismo que tantos otros monjes. Observó la mujer: “Buen monje; hace lo mismo que los demás.” Cuando Joshu volvió a su fraternidad, informó: “¡Hoy la he entendido perfectamente!”

Podemos preguntar: “¿Qué encontró el viejo maestro en la mujer cuando su conducta no difirió en nada de la del resto de los monjes?” Ésta es la interrogación que cada uno de nosotros tiene que resolver por sí solo.

Para resumir, lo que el zen nos propone hacer es: buscar la Iluminación para uno mismo y ayudar a otros a alcanzarla. El zen tiene lo que puede llamarse “oraciones”, aunque son muy distintas de las de los cristianos. Se enumeran generalmente cuatro, las dos últimas de las cuales son una especie de amplificación de las dos primeras:

> *1) Por innumerables que sean todos los seres, ruego que todos se salven.*
>
> *2) Por inexhaustibles que sean las pasiones, ruego que todas puedan ser suprimidas.*
>
> *3) Por inconmensurablemente diferenciado que sea el Dharma, ruego que pueda ser estudiado por completo.*
>
> *4) Por alto que pueda ser el Camino de Buda, ruego que pueda ser absolutamente alcanzado.*

El zen puede aparecer ocasionalmente demasiado enigmático, críptico y lleno de contradicciones, pero es después de todo una disciplina y enseñanza simples:

> ***Hacer el bien,***
> ***Evitar el mal,***
> ***Purificar el propio corazón:***
> ***Éste es el Camino de Buda.***

¿No puede aplicarse esto a todas las situaciones humanas, modernas y antiguas, occidentales y orientales?

Psicoanálisis y budismo zen por Erich Fromm

Al relacionar el budismo zen con el psicoanálisis se examinan dos sistemas que se refieren a una teoría sobre la naturaleza del hombre y a una práctica que lleva a su bienestar. Uno y otro son expresiones características del pensamiento oriental y occidental, respectivamente. El *budismo zen* es una mezcla de la racionalidad y la abstracción hindúes con el sentido de lo concreto y el realismo chinos. El *psicoanálisis* es tan exquisitamente occidental como el zen es oriental; es hijo del humanismo y el racionalismo occidental y de la búsqueda romántica del siglo XIX en pos de las fuerzas oscuras que escapan al racionalismo. Retrocediendo mucho más, la sabiduría griega y la ética hebrea son los padrinos espirituales de esta forma científico-terapéutica de comprender al hombre.

A pesar de que tanto el psicoanálisis como el zen se refieren a la naturaleza del hombre y a una práctica que lleva a su transformación, las diferencias parecen superar a estas semejanzas. El psicoanálisis es un método científico, radicalmente areligioso. El zen es una teoría y una técnica para lograr la "iluminación", una experiencia que en Occidente se llamaría religiosa o mística. El psicoanálisis es una terapia para la enfermedad mental; el zen es un camino hacia la salvación espiritual. ¿Puede resultar la discusión sobre la relación entre psicoanálisis y budismo zen en algo más que la afirmación de que no existe relación alguna salvo la de una diferencia radical e insalvable?

Sin embargo, hay un interés indudable y creciente por el budismo zen entre los psicoanalistas[41]. ¿Cuáles son las fuentes de este interés? ¿Cuál es su significado? Este trabajo intenta dar una respuesta a estas preguntas. No trata de ofrecer una exposición sistemática del pensamiento budista zen, tarea que estaría más allá de mi conocimiento y mi experiencia; tampoco trata de dar una presentación plena del psicoanálisis, lo estada más allá de los límites de este trabajo. No obstante, expondré —en la primera parte de este trabajo—, con algún detalle, aquellos aspectos del psicoanálisis que tienen una importancia inmediata para la relación entre psicoanálisis y budismo zen y que, al mismo tiempo, representan concepto básicos de esa continuación del análisis freudiano que algunas veces he llamado "psicoanálisis humanista". Espero demostrar de esta manera por qué el estudio del budismo zen ha tenido una significación vital para mí y es, en mi opinión, importante para todos los estudiosos del psicoanálisis.

I. La crisis espiritual de hoy y el papel del psicoanálisis

Como primer punto de nuestro tema, debemos considerar la crisis espiritual que atraviesa el hombre occidental en esta época histórica crítica y la función del psicoanálisis en esta crisis.

Si bien la mayoría de los occidentales no se sienten conscientemente como si vivieran una crisis de la cultura occidental (es probable que nunca haya tenido conciencia de la crisis la mayoría de la gente en una situación radicalmente, crítica), hay un acuerdo, al menos entre algunos observadores críticos, en cuanto a la existencia y la naturaleza de esta crisis. Es la crisis que ha sido descrita como "*malaise*", "*ennui*", "*mal du siècle*", la muerte de la vida, la automatización del hombre, su enajenación de sí mismo, de su semejante y de la naturaleza[42]. El hombre ha seguido al racionalismo hasta el punto en que éste se ha transformado en irracionalidad absoluta. A partir de Descartes, el hombre ha ido separando cada vez más el pensamiento del afecto; sólo el pensamiento se considera racional, el afecto, por su naturaleza misma, es irracional; la persona, Yo, se ha dividido en un entendimiento, que constituye mi yo, y que debe controlarme como debe controlar a la naturaleza. El control del entendimiento sobre la naturaleza y la producción de más y más cosas, se han convertido en los fines principales de la vida. En este proceso, el hombre se ha transformado en una cosa, la vida ha quedado subordinada a la propiedad, "*el ser*" es dominado por "*el tener*". En tanto que las raíces de la cultura occidental, lo mismo la griega que la hebrea, consideraban como el fin de la vida la perfección *del hombre,* el hombre moderno se preocupa por la *perfección de las cosas* y el conocimiento de cómo hacerlas. El hombre occidental está en un estado de incapacidad esquizoide para experimentar afecto y, por lo tanto, se siente angustiado, deprimido y desesperado. Elogia de labios para afuera los fines de la felicidad, el individualismo y la iniciativa, pero en realidad no tiene finalidad. Pregúntesele para qué vive, cuál es el fin de todos sus esfuerzos y se sentirá embarazado. Algunos pueden decir que viven para la familia, para los demás, "para divertirse", y otros dirán que para hacer dinero, pero, en realidad, nadie sabe para qué vive; no tiene meta, salvo el deseo de evadirse de la inseguridad y la soledad.

Es verdad que la asistencia a la iglesia es actualmente más alta que nunca antes, los libros sobre religión tienen gran éxito de venta y un número mayor de gente habla de Dios. Sin embargo, este tipo de profesión religiosa encubre una actitud profundamente materialista e irreligiosa y debe entenderse como una reacción ideológica —provocada por la inseguridad y el conformismo— a la tendencia del siglo XIX, que Nietzsche caracterizó con su famoso "Dios ha muerto". Como actitud verdaderamente religiosa, no tiene realidad.

El abandono de las ideas teístas en el siglo XIX no fue —desde cierto punto de vista— un logro pequeño. El hombre dio un gran salto hacia la objetividad. La tierra dejó de ser el centro del universo; el hombre perdió su papel central de criatura destinada por Dios a dominar a todas las demás criaturas. Al estudiar las motivaciones ocultas del hombre con una nueva objetividad, Freud reconoció que la fe en un Dios todopoderoso, omnisciente, tenía su raíz en la indefensión de la existencia humana y en el intento del hombre por resolverla mediante la existencia en un padre y una madre dispuestos a socorrerlo, representados por el Dios de los cielos. Vió que sólo el hombre puede salvarse a sí mismo; la enseñanza de los grandes maestros, la ayuda amorosa de los padres, de los amigos y de los seres amados pueden ayudarlo, pero sólo pueden ayudarlo a atreverse a aceptar el desafío de la existencia y a reaccionar frente a él con toda su fuerza y todo su corazón.

El hombre renunció a la ilusión de un Dios paternal como ayuda paternal, pero también renunció a los verdaderos fines de todas las grandes religiones humanistas: superar las limitaciones de un yo egoísta, alcanzar el amor, la objetividad y la humildad, y respetar la vida de tal modo que el fin de ésta sea ella misma y el hombre se convierta en lo que es potencialmente. Estos fueron los fines de las

grandes religiones occidentales, lo mismo que de las grandes religiones orientales. Oriente, sin embargo, no tenía la carga del concepto de un padre-salvador trascendente en el que expresaban sus aspiraciones las religiones monoteístas. El taoísmo y el budismo tenían una racionalidad y un realismo superiores a los de las religiones occidentales. Podían ver al hombre en forma realista y objetiva, sin tener a nadie que lo guiara salvo los "iluminados" y siendo capaz de ser guiado porque cada hombre tiene dentro de sí mismo la capacidad de despertar y ser iluminado. Ésta es precisamente la razón por la que el pensamiento religioso oriental, el taoísmo y el budismo —y su mezcla en el budismo zen— tienen tanta importancia para el Occidente actual. El budismo zen ayuda al hombre a encontrar una respuesta a la pregunta de su existencia, respuesta que es esencialmente la misma que la dada por la tradición judeo-cristiana y, sin embargo, que no contradice la racionalidad, el realismo y la independencia que son los logros inapreciables del hombre moderno. Paradójicamente, el pensamiento religioso oriental resulta estar más cercano al pensamiento racional occidental que el propio pensamiento religioso occidental.

II. Valores y metas en los conceptos psicoanalíticos de Freud

El *psicoanálisis* es una expresión característica de la crisis espiritual del hombre occidental y un intento por encontrar una solución. Así se ve, explícitamente, en los desarrollos más recientes del psicoanálisis, en el análisis "humanista" o "existencialista". Pero antes de examinar mi propio concepto "humanista" quiero demostrar que, en contra de una suposición ampliamente sostenida, el propio sistema de Freud trascendía el concepto de "enfermedad" y "curación" y se preocupaba por la "salvación" del hombre, más que sólo por una terapia para pacientes con una enfermedad mental. En apariencia Freud fue el creador de una nueva terapia para la enfermedad mental y éste fue el tema al que dedicó su interés principal y todos los esfuerzos de su vida.

No obstante, sí mirarnos más de cerca, encontramos que detrás de este concepto de una terapia médica para la cura de la neurosis, había una interés enteramente diverso, rara vez expresado por Freud y probablemente casi nunca consciente ni siquiera para él mismo. Este concepto escondido o sólo implícito no se refería principalmente a la cura de la enfermedad mental, sino a algo que trascendía el concepto de enfermedad y curación. ¿Qué era este algo? ¿Cuál era la naturaleza del "movimiento psicoanalítico" que fundó? ¿Cuál era la visión de Freud sobre el futuro del hombre? ¿Cuál era el dogma en el que se fundaba este movimiento?

Freud respondió a esta pregunta quizá más claramente con la frase: "Donde estaba el *Id* allí debería estar el *Ego*[43]." Su finalidad era el dominio de las pasiones irracionales e inconscientes por la razón: la liberación del hombre del poder del inconsciente, dentro de las posibilidades del hombre. El hombre tenía que cobrar conciencia de las fuerzas inconscientes que había en su interior, para dominarlas y controlarlas. El fin de Freud era el conocimiento óptimo de la verdad y ése es el conocimiento de la realidad; este conocimiento era para él la única luz orientadora que el hombre tenía sobre la tierra. Estos fines eran los fines tradicionales del racionalismo, de la filosofía de la Ilustración y de la ética puritana. Pero mientras que la religión y la filosofía habían postulado estos fines del autocontrol en que podría llamarse una manera *utópica*, Freud era —o creía ser— el primero en colocar estos fines sobre una base *científica* (mediante la exploración del inconsciente) y mostrar así el camino hacia su realización. Si bien Freud representa la culminación del racionalismo occidental, su genio consistió en superar al mismo tiempo los aspectos falsamente racionalistas y superficialmente optimistas del racionalismo, y en crear una síntesis con el romanticismo, en el movimiento mismo que, durante el siglo XIX, se opuso al racionalismo por su propio interés y reverencia por el lado irracional y afectivo del hombre[44].

En relación con el tratamiento del individuo, Freud se preocupó más también por un fin filosófico y ético de la que generalmente se creía. En las Conferencias Introductorias, habla de las intentos que algunas prácticas místicas hacen por producir una transformación básica dentro de la personalidad. "Tenemos que reconocer —continúa— que los esfuerzos terapéuticos del psicoanálisis han escogido un objetivo semejante. Su intención es fortalecer al Ego, hacerlo más independiente del Super-Ego, ampliar su campo de observación, de modo que pueda apropiarse nuevas partes del Id.

Donde estaba el Id, allí deberá estar el Ego. Es una labor de cultura como la reclamación del Zuyder Zee."

En el mismo sentido habla de la terapia psicoanalítica como algo que consiste en "la liberación del ser humano de sus síntomas neuróticos, inhibiciones y anormalidades de carácter[45]." Ve también el papel del analista bajo una luz que trasciende a la del médico que "cura" al paciente. "El analista —dice— debe estar en una posición superior en cierto sentido, si ha de servir como *modelo* al paciente en ciertas situaciones analíticas y en otras debe actuar como su *maestro*[46]". "Finalmente —escribe

Freud— no debemos olvidar que la relación entre el analista y el paciente se basa en un *amor a la verdad,* es decir, en el reconocimiento de la realidad, que impide cualquier tipo de *fingimiento y engaño*[47]".

Hay otros factores en el concepto del psicoanálisis de Freud que trascienden la noción convencional de enfermedad y cura. Los familiarizados con el pensamiento oriental y en especial con el budismo zen observarán que los factores que voy a mencionar no carecen de relación con conceptos y pensamientos de la mente oriental. El principio que debemos mencionar primero es el concepto de Freud acerca de que el *conocimiento conduce a la transformación*, de que la teoría y la práctica no deben separarse, de que en el acto mismo de *conocerse* a uno mismo, uno se *transforma.* No es necesario acentuar cuán diferente es esta idea de los conceptos de la psicología científica en la época de Freud o en la nuestra, cuando el conocimiento en sí mismo sigue siendo un conocimiento teórico y no tiene una función transformadora en el cognoscente.

También en otro aspecto, el método de Freud tiene una estrecha relación con el pensamiento oriental y en especial con el budismo zen. Freud no compartía la alta valoración de nuestro sistema de pensamiento consciente, tan característico del hombre occidental moderno. Por el contrario, creía que nuestro pensamiento consciente era sólo una pequeña parte de todo el proceso psíquico que se produce en nosotros y, de hecho, una parte insignificante en comparación con la tremenda fuerza de esas fuentes dentro de nosotros mismos, oscuras e irracionales y, al mismo tiempo, inconscientes. Freud, en su deseo de llegar a penetrar en la naturaleza real de una persona, quería atravesar el sistema de pensamiento consciente con su método de *libre asociación.* La libre asociación debía ir más allá del pensamiento lógico, consciente, convencional. Debía conducir a una nueva fuente de nuestra personalidad, es decir, el inconsciente. Cualquiera que sea la crítica que pueda hacerse a los *contenidos* del inconsciente de Freud, persiste el hecho de que, al acentuar la libre asociación frente al pensamiento lógico, trascendió en un punto esencial el modo racionalista convencional de pensar del mundo occidental y se siguió una dirección que se había desarrollado mucho más y más radicalmente en el pensamiento del Oriente.

Hay otro punto en el que Freud difiere por completo de la actitud occidental contemporánea. Me refiero aquí al hecho que estaba dispuesto a analizar a una persona durante uno, dos, tres, cuarto, cinco o más años. Este procedimiento ha sido la razón, en realidad, de gran parte de la crítica contra Freud. No hace falta decir que se debe intentar hacer el análisis lo más eficaz posible, pero lo que quiero subrayar aquí es que Freud tenía el valor de decir que era posible pasarse años con una persona, sólo para ayudar a esa persona a entenderse. Desde el punto de vista de la utilidad, desde el punto de vista de pérdidas y ganancias, esto no tiene mucho sentido. Podría decirse más bien que el tiempo gastado en un análisis tan prolongado no vale la pena, si se considera el efecto social del cambio de una persona. El método de Freud sólo tiene sentido si se trasciende el concepto moderno de "valor", de la relación apropiada entre medios y fines, de la hoja de balance como si dijéramos; si se toma la posición de que un ser humano no puede medirse con ninguna *cosa*, que su emancipación, su bienestar, su iluminación, o cualquier término que pudiéramos querer usar, es una cuestión de "importancia definitiva" por sí misma, que ninguna cantidad de tiempo ni de dinero puede relacionarse con este fin en términos cuantitativos. Haber tenido la visión y el valor de descubrir un método que implicaba esta preocupación prolongada por una persona, fue la manifestación de una actitud que trascendió el pensamiento occidental convencional en un aspecto importante.

Las observaciones anteriores no quieren implicar que Freud, en sus intenciones conscientes, estuviera cerca del pensamiento oriental ni, específicamente, del pensamiento del budismo zen. Muchos de los elementos que he mencionado antes estaban más implícitos que explícitos y eran más inconscientes que conscientes, en el propio pensamiento de Freud. En Freud había demasiado de la civilización occidental y en especial del pensamiento de los siglos XVIII y XIX, para estar cerca del

pensamiento oriental tal como se expresa el budismo zen, aunque hubiera estado familiarizado con éste. El retrato que Freud hacía del hombre era, en sus rasgos esenciales, el retrato que los economistas y filósofos de los siglos XVIII y XIX habían esbozado. Estos veían al hombre como un ser esencialmente competidor, aislado y relacionado con los demás sólo por la necesidad de intercambiar la satisfacción de necesidades económicas e instintivas. Para Freud, el hombre es una máquina, impulsada por la libido y regulada por el principio de mantener en un mínimo la excitación de la libido. Veía al hombre como un ser fundamentalmente egoísta y relacionado con los demás sólo por la necesidad mutua de satisfacer deseos instintivos. El placer, para Freud, era alivio de la tensión, no la experiencia de gozo. El hombre estaba dividido entre su entendimiento y sus emociones; el hombre no era el hombre íntegro, sino el ser intelectual de los filósofos de la Ilustración. El amor fraternal era una demanda irracional, contraria a la realidad; la experiencia mística, una regresión al narcisismo infantil.

Lo que he tratado de mostrar es que, a pesar de estas contradicciones obvias con el budismo zen, había sin embargo, elementos en el sistema de Freud que trascendían los conceptos convencionales de enfermedad y curación, y el concepto racionalista tradicional de la conciencia, elementos que condujeron a un desarrollo posterior del psicoanálisis que tiene una afinidad más directa y positiva con el pensamiento budista zen.

No obstante, antes de entrar al examen de la relación entre este psicoanálisis “humanista” y el budismo zen, quiero señalar un cambio fundamental para la comprensión del futuro desarrollo del psicoanálisis: el cambio en los tipos de pacientes que acuden al análisis y los problemas que presentan.

A principios del siglo, las personas que acudían al psiquiatra eran, principalmente, personas que sufrían *síntomas.* Tenían un brazo paralizado, un síntoma obsesivo, por ejemplo, una compulsión a lavarse, o sufrían de ideas obsesivas que no podían rechazar. En otras palabras, estaban enfermos en el sentido en que la palabra “enfermedad” se emplea en medicina; algo les impedía funcionar socialmente según funciona la persona llamada normal. Si sufrían de esto, su concepto de la curación correspondía al concepto de la enfermedad. Querían librarse de los síntomas y su concepto del “bienestar” era no estar enfermos. Querían estar tan bien como la persona media o, como podríamos decir también, querían no sentirse más infelices o perturbados de lo que lo está la persona media en nuestra sociedad.

Estas personas todavía vienen al psicoanalista en busca de ayuda y para ellos el psicoanálisis sigue siendo una terapia que tiende a la supresión de sus síntomas y a permitirles funcionar socialmente. Pero mientras que en una época constituyeron la mayoría de la clientela de un psicoanalista, ahora constituyen la minoría, quizá no porque su número absoluto sea más pequeño ahora que entonces, sino porque su número es relativamente más pequeño en comparación con los numerosos “pacientes” nuevos que funcionan socialmente, que no están enfermos en el sentido convencional, pero que sufren de la *maladie du siècle*, ese malestar, esa muerte interior a la que me he estado refiriendo. Estos nuevos “pacientes” vienen al psicoanalista sin saber de qué sufren realmente. Se quejan de estar deprimidos, de insomnio, de ser infelices en su matrimonio, de no disfrutar de su trabajo y otros trastornos semejantes. Generalmente creen que este o aquel síntoma en particular constituye su problema y que, si pudieran librarse de ese trastorno especial, se pondrían bien. No obstante, estos pacientes no ven que su problema no es la depresión, el insomnio, el matrimonio ni el trabajo. Estas quejas diversas son sólo la forma consciente en que nuestra cultura les permite expresar algo que está mucho más profundo y que tienen en común las distintas personas que consideran conscientemente que sufren de este o aquel síntoma en particular. El sufrimiento común es la enajenación de uno mismo, de nuestros semejantes y de la naturaleza; la conciencia de que la vida se nos escapa de las manos como arena y que moriremos sin haber vivido; que se vive en medio de la

abundancia y, sin embargo, no se siente alegría.

¿Cuál es la ayuda que puede ofrecer el psicoanálisis a los que sufren de la *maladie du siècle?*

Esta ayuda es —y debe ser— diferente de la “curación” que consiste en suprimir los síntomas y que se ofrece a los que no pueden funcionar socialmente. Para los que sufren de la enajenación, la curación no consiste en la *ausencia de enfermedad,* sino en la *presencia del bienestar*.

No obstante, si hemos de definir el bienestar, tropezamos con dificultades considerables. Si permanecemos dentro del sistema freudiano, el bienestar tendría que definirse en términos de la teoría de la libido, como la capacidad para el pleno funcionamiento genital o, desde un punto de vista diferente, como la conciencia de la oculta situación de Edipo definiciones que, en mi opinión, sólo son tangenciales al problema real de la existencia humana y al logro del bienestar por el hombre total. Cualquier intento de dar una respuesta aproximada al problema del bienestar debe trascender el marco freudiano y conducir a una discusión, por incompleta que pueda ser, del concepto básico de la existencia humana, en que se funda el psicoanálisis humanista. Sólo de esta manera podemos poner las bases para la comparación entre el psicoanálisis y el pensamiento del budismo zen.

III. La naturaleza del bienestar — La evolución psíquica del hombre

El primer intento de dar una definición del bienestar puede ser éste: *el bienestar es estar de acuerdo con la naturaleza del hombre.* Si vamos más allá de esta declaración formal surge la pregunta: ¿Qué es estar de acuerdo con las condiciones de la existencia humana? ¿Cuáles son estas condiciones?

La existencia humana plantea un problema. El hombre es lanzado a este mundo sin su voluntad y retirado de este mundo también sin contar con su voluntad. A diferencia del animal, que en sus instintos tiene un mecanismo "innato" de adaptación a su medio y vive completamente dentro de la naturaleza, el hombre carece de este mecanismo instintivo. *Tiene que vivir* su vida, no *es vivido por ella*. Está *en* la naturaleza y, sin embargo, *trasciende* a la naturaleza; tiene conciencia de sí mismo y esta conciencia de sí como un ente separado lo hace sentirse insoportablemente solo, perdido, impotente. El hecho mismo de nacer plantea un problema. En el momento del nacimiento, la vida le plantea una pregunta al hambre, y él debe responder a esta pregunta. Debe responderla en toda momento; no su espíritu, ni su cuerpo, sino *él*, la persona que piensa y sueña, que duerme y come, que llora y ríe, *el hombre* total.

¿Cuál es la pregunta que plantea la vida? La pregunta es: ¿cómo podemos superar el sufrimiento, el aprisionamiento, la vergüenza que crea la experiencia de separación; cómo podernos encontrar la unión dentro de nosotros mismos, con nuestro semejante, con la naturaleza? El hombre tiene que responder a esta pregunta de alguna manera; y aun en la locura se da una respuesta, rechazando la realidad fuera de nosotros mismos, viviendo completamente dentro de la concha de nosotros y superando así el miedo a la separación.

La *pregunta* es siempre la misma. No obstante, hay *diversas respuestas* o, básicamente, hay sólo dos respuestas. Una es superar la separación y encontrar la unidad en la *regresión* al estado de unidad que existía antes de que despertara la conciencia, es decir, antes del nacimiento del hombre.

La otra respuesta es *nacer plenamente*, desarrollar la propia conciencia, la propia razón, la propia capacidad de amar, hasta tal punto que se trascienda la propia envoltura egocéntrica y se llegue a una nueva armonía, a una nueva unidad con el mundo.

Cuando hablamos de nacimiento nos referimos por lo general al acto de nacimiento fisiológico que se produce para el infante humano alrededor de los nueve meses después de la concepción. Pero en muchos sentidos se valora demasiado la importancia de este nacimiento. En muchos aspectos importantes, la vida del niño, una semana después de nacido, se parece más a la existencia intrauterina que a la existencia de un hombre o una mujer adultos. Hay, sin embargo, un aspecto único del nacimiento: se rompe el cordón umbilical y el niño inicia su primera actividad: la respiración. Cualquier rompimiento de los lazos primarios es posible, desde este momento, sólo en la medida en que este rompimiento vaya acompañado de una verdadera actividad.

El nacimiento no es un acto; es un proceso. El fin de la vida es nacer plenamente, aunque su tragedia es que la mayoría de nosotros muere antes de haber nacido así. Vivir es nacer a cada instante. La muerte se produce cuando ese nacimiento se detiene. Fisiológicamente, nuestro sistema celular está en un proceso de continuo nacimiento; psicológicamente, sin embargo, la mayoría de nosotros dejamos de nacer en determinado momento. Algunos nacen muertos; siguen viviendo fisiológicamente si bien, mentalmente, su aspiración es volver al seno materno, a la tierra, a la oscuridad, a la muerte; están locos, o muy cerca de estarlo. Otros muchos van un poco más lejos por el —camino de la vida. No obstante, no pueden romper el cordón umbilical del todo, como si dijéramos; permanecen simbióticamente, ligados a la madre, al padre, a la familia, la raza, el Estado, la posición social, el dinero, los dioses, etc.; nunca surgen plenamente como ellos mismos y, en consecuencia,

nunca nacen plenamente[48].

El intento regresivo de responder al problema de la existencia puede asumir distintas formas; lo común a todas es que necesariamente fracasan y conducen al sufrimiento. Una vez que el hombre es separado de la unidad prehumana, de la unidad paradisíaca con la naturaleza, nunca puede volver a donde vino; dos ángeles con fieras espadas le cierran el regreso. Sólo en la muerte o en la locura puede realizarse esa vuelta, no en la vida ni en la salud.

El hombre puede tratar de encontrar esta unidad regresiva en diversos niveles, que son al mismo tiempo diversos niveles de patología e irracionalidad. Puede sentirse poseído por la pasión de volver al seno materno, a la madre tierra, a la muerte. Si este objetivo se apodera de él y no es controlado, el resultado es el suicidio o la locura. Una forma menos patológica de la busca regresiva de la unidad es el deseo de permanecer ligado al pecho materno, a la mano materna o al mando paterno. Las diferencias entre estos distintos deseos marcan las diferencias entre diversos tipos de personalidades. El que permanece en el pecho de la madre es la criatura que sigue mamando, eternamente dependiente, que tiene una sensación de euforia cuando es amado, cuidado, protegido y admirado y se siente lleno de insoportable ansiedad cuando lo amenaza la separación de la madre amantísima. El que permanece ligado a la autoridad del padre puede desarrollar bastante iniciativa y actividad y, sin embargo, siempre con la condición de que haya una autoridad presente que dé órdenes, que elogie y castigue. Otra forma de orientación regresiva está en la destructividad, en el deseo de superar la separación a través de la pasión de destruirlo todo y a todos. Puede perseguirse este fin mediante el deseo de conocerse e incorporarse todo y a todos, es decir, de experimentar al mundo y a todo lo que hay en el mundo como comida, o mediante la destrucción directa de todo, salvo una cosa: él mismo. Otra forma de tratar de curar el sufrimiento de la separación está en construir el propio Ego, como una “cosa” separada, fortificada, indestructible. Se experimenta entonces a sí mismo como propiedad propia, como fuerza, prestigio, intelecto propios.

La salida del individuo de la unidad regresiva va acompañada por la superación gradual del narcisismo. Para el niño, poco después del nacimiento, no hay ni siquiera conciencia de la realidad que existe fuera de él mismo en el sentido de la percepción sensorial; él, el pezón de la madre y el pecho de la madre son todavía la misma cosa; se encuentra en un estado *anterior* al momento en que tiene lugar la diferenciación sujeto-objeto. Después de algún tiempo, la capacidad de diferenciación sujeto-objeto se desarrolla en todos los niños, pero sólo en el sentido obvio de conciencia de la diferencia entre yo y lo que no es yo. Pero en un sentido *afectivo*, exige el desarrollo de la plena madurez para superar la actitud narcisista de omnisciencia y omnipotencia, suponiendo que se alcance alguna vez esta etapa. Observamos esta actitud narcisista con toda claridad en la conducta de los niños y las personas neuróticas, con la salvedad de que, en los primeros es generalmente consciente, y en los segundos inconsciente. El niño no acepta la realidad tal como es, sino tal como quiere que sea. Vive en sus deseos y su visión de la realidad es lo que él quiere que sea. Si su deseo no se cumple, se pone furioso y la función de esta furia es obligar al mundo (a través del padre y la madre) a responder a su deseo. En el desarrollo normal del niño, esta actitud varía lentamente hacia la actitud madura de tener conciencia de la realidad y aceptarla, aceptar sus leyes y, por tanto, su necesidad. En la persona neurótica encontrarnos invariablemente que no ha llegado a este punto y no ha renunciado a la interpretación narcisista de la realidad. Insiste en que la realidad debe conformarse a sus ideas, y cuando reconoce que esto no es así, reacciona o bien con el impulso de forzar a la realidad a responder a sus deseos (es decir, a hacer lo imposible) o con el sentimiento de impotencia porque no puede realizar lo imposible. La noción de libertad de esta persona es, tenga o no conciencia de ello, una noción de omnipotencia narcisista, mientras que la noción de libertad de la persona plenamente desarrollada es la de reconocer la realidad y sus leyes, y actuar dentro de las leyes de la necesidad, relacionándose con el mundo en forma productiva, captando al mundo con las propias capacidades de

pensamiento y afecto.

Estas distintas metas y los caminos para alcanzarlas no son primariamente diferentes sistemas de *pensamiento*. Son diferentes *modos de ser*, diferentes respuestas del hombre total a la pregunta que le hace la vida. Son las mismas respuestas que han sido dadas en los diversos sistemas religiosas que constituyen la historia de la religión.

Del canibalismo primitivo al budismo zen, la raza humana ha dado sólo algunas respuestas a la cuestión de la existencia, y cada hombre da en su propia vida una de estas respuestas, aunque por lo general no tiene conciencia de su respuesta. En nuestra cultura occidental, casi todo el mundo *piensa* que da la respuesta de las religiones cristiana o judía, o la respuesta de un ateísmo ilustrado y, sin embargo, si pudiéramos tomar una radiografía mental de cada uno, encontraríamos muchos adeptos al canibalismo, muchos adoradores de tótem, muchos que veneran ídolos de distintos tipos, y unos cuantos cristianos, judíos, budistas, taoístas. La religión es la respuesta formal y elaborada a la existencia del hombre, y como puede ser compartida en la conciencia y a través del ritual con otros, hasta la religión más inferior crea una sensación de racionalidad y de seguridad por la misma comunión con otros. Cuando no es compartida, cuando los deseos regresivos están en contraposición con la conciencia y las exigencias de la cultura existente, entonces la "religión" secreta, individual, es una neurosis.

Para entender al paciente individual —o a cualquier ser humano— hay que saber cuál es *su* respuesta a la cuestión de la existencia o, para decirlo de otra manera, cuál es su religión secreta, individual, a la que se dedican todos sus esfuerzos y pasiones. La mayoría de lo que uno considera como "problemas psicológicos" son sólo consecuencias secundarias de esta "respuesta" básica, y de ahí que resulte bastante inútil tratar de "curarlos", antes de haber entendido esta respuesta básica, es decir, su religión secreta, privada.

Volviendo ahora al problema del bienestar ¿cómo vamos a definirlo a la luz de lo que hemos dicho hasta ahora?

El bienestar es el estado de haber llegado al pleno desarrollo de la razón: la razón no en el sentido de un juicio puramente intelectual, sino en el sentido de captar la verdad "dejando que las cosas sean" (para usar el término de Heidegger) tal como son. El bienestar es posible sólo en la medida en que uno ha superado el propio narcisismo; en la medida en que uno está abierto, en que responde, en que es sensible y está despierto, vacío (en el sentido zen). El bienestar significa alcanzar una relación plena con el hombre y la naturaleza afectivamente, superar la separación y la enajenación —llegar a la experiencia de unidad con todo lo que existe— y, sin embargo, *experimentarse* al mismo tiempo como el ente separado que Yo soy, como el individuo. El bienestar significa nacer plenamente, convertirse en lo que se es potencialmente; significa tener la plena capacidad de la alegría y la tristeza o, para expresarlo de otra manera, despertar del sueño a medias en que vive el hombre medio y estar permanente despierto. Si es todo eso, significa también ser creador; es decir, reaccionar y responder a sí mismo, a los otros —a todo lo que existe— reaccionar y responder como el hombre real, total, que soy a la realidad de todos y de todo tal como es. En este acto de verdadera respuesta está el área de capacidad creadora, de ver al mundo tal como es y experimentarlo como *mi* mundo, el mundo creado y transformado por mi comprensión creadora, de modo que el mundo deje de ser un mundo extraño "allí" y se convierta en *mi mundo*. El bienestar significa, por último, desprenderse del propio Ego, renunciar a la avaricia, dejar de perseguir la preservación y el engrandecimiento del Ego, ser y experimentarse en el acto de ser, no en el de tener, conservar, codiciar, usar.

He tratado de señalar, en las observaciones anteriores, el desarrollo paralelo en el individuo y en la historia de la religión. En vista del hecho de que este trabajo trata de la relación del psicoanálisis con el budismo zen, considero necesario elaborar más algunos aspectos psicológicos cuando menos del desarrollo religioso.

He dicho que al hombre se le plantea una pregunta por el hecho mismo de su existencia y que es una pregunta planteada por la contradicción dentro de sí mismo, la de ser en la naturaleza y, al mismo tiempo, trascender a la naturaleza por el hecho que es vida consciente de sí misma. Cualquier hombre que escuche esta pregunta que se le plantea y que convierta en cuestión de "importancia definitiva" el responder a esta pregunta y responderla como un hombre total y no mediante ideas, es un hombre "religioso"; y todos los sistemas que tratan de dar, enseñar y trasmitir esas respuestas son "religiones". Por otra parte, cualquier hombre —y cualquier cultura— que traten de ser sordos a la pregunta existencial son irreligiosos.

No hay mejor ejemplo de hombres sordos a la pregunta formulada por la existencia que nosotros mismos, que vivimos en el siglo XX. Tratamos de evadir el problema con la preocupación por la propiedad, el prestigio, el poder, la producción, la diversión y, en última instancia, tratando de olvidar que nosotros —que yo— existimos. No importa con cuánta frecuencia *piense* en Dios o vaya a la iglesia, o en qué medida crea en las ideas religiosas, si él, el hombre total, es sordo a la pregunta de la existencia, si no tiene una respuesta que ofrecerle, está agotando el tiempo, y vive y muere como una cosa más del millón de cosas que produce. *Piensa* en Dios, en vez de experimentar *ser* Dios.

Pero es engañoso pensar en las religiones como si tuvieran necesariamente algo en común más allá de la preocupación por dar *una* respuesta a la pregunta de la existencia.

Por lo que se refiere al *contenido* de la religión, no hay ninguna unidad; por el contrario, hay dos respuestas fundamentales opuestas, que ya han sido mencionadas, respecto del individuo; una respuesta es volver a la existencia prehumana, preconsciente, descartar la razón, convertirse en un animal y volver a ser uno solo con la naturaleza. Las formas en que se expresa este deseo son múltiples. En un polo están fenómenos tales como los que encontramos en las sociedades secretas germánicas de los *berserkers* (literalmente: "camisas de oso") que se identificaban con un oso; en las que un joven, durante su iniciación, tenía que "trasmutar su humanidad a través de un ataque de furia agresiva y aterradora, que lo asimilaba al rabioso animal de presa"[49].

> (El hecho de que esta tendencia a volver a la unidad prehumana con la naturaleza no se limita de ningún modo a las sociedades primitivas resulta evidente si establecemos la relación entre los "camisas de oso" y los "camisas pardas" de Hitler. Si bien un amplio sector de miembros del Partido Nacional Socialista estaba compuesto por políticos mundanos, oportunistas, despiadados, ávidos de poder, por *junkers*, generales, hombres de negocios y burócratas, el núcleo representado por el triunvirato de Hitler, Himmler y Goebbels no era esencialmente diferente de los "camisas de oso" primitivos, impulsados por una furia "sagrada", y por el deseo de destrucción como la realización última de su visión religiosa. Estos "camisas de oso" del siglo XX revivieron la leyenda de "asesinato ritual" acerca de los judíos y, al hacerlo así, proyectaron uno de sus deseos más profundos: el asesinato ritual. Cometieron asesinato ritual primero con los judíos, después con los pueblos extranjeros, luego con el propio pueblo alemán y, por último, asesinaron a sus propias mujeres e hijos y a sí mismos en el rito final de destrucción completa.)

Hay otras muchas formas religiosas menos arcaicas que buscan la unidad prehumana con la naturaleza. Se encuentran en cultos en los que la tribu se identifica con el animal tótem, en los sistemas religiosos dedicados a la adoración de árboles, lagos, cavernas, etc., en los cultos orgiásticos que tienen como fin la eliminación de la lucidez, la razón y la conciencia. En todas estas religiones, lo sagrado es aquello que pertenece a la visión de la transmutación del hombre en una parte prehumana de la naturaleza; el "hombre sagrado" (por ejemplo, el chamán) es el que ha ido más lejos en el logro de su fin.

El otro polo de la religión está representado por todas aquellas religiones que buscan la respuesta a la cuestión de la existencia humana por medio de la emersión de la existencia prehumana, el desarrollo de la específica capacidad humana de razón y amor, y el encuentro de una nueva armonía entre el hombre y la naturaleza, y entre el hombre y el hombre. Aunque esos intentos pueden encontrarse en individuos de sociedades relativamente primitivas, la gran línea divisoria para la humanidad entera parece estar en el período que va aproximadamente del año 2000 A.c. y el inicio de nuestra era. El taoísmo y el budismo en el Lejano Oriente, las revoluciones religiosas de Akenatón en Egipto, la religión de Zoroastro en Persia, la religión de Moisés en Palestina, la religión de Quetzalcóatl en México[50], representan la nueva dirección que ha tomado la humanidad.

La unidad se busca en todas estas religiones, no la unidad regresiva que se encuentra volviendo a lo pre-individual, a la armonía preconsciente del paraíso, sino la unidad en un nuevo nivel: esa unidad que sólo puede lograrse después de que el hombre ha experimentado su separación, después de que ha atravesado la etapa de la enajenación de sí misma y del mundo y ha nacido plenamente. Esta nueva unidad tiene como premisa el pleno desarrollo de la razón del hombre, que conduce a una etapa en que la razón ya no separa al hombre de su captación inmediata, intuitiva de la realidad.

Hay muchos símbolos de la nueva meta que está en el futuro, no en el pasado: Tao, Nirvana, Iluminación, el Bien, Dios. Las diferencias entre estos símbolos son provocadas por las diferencias sociales y culturales que existen en los diversos países en donde surgieron. En la tradición occidental el símbolo escogido como “meta” fue la figura autoritaria del rey o el jefe tribal supremo. Pero ya en la época del Antiguo Testamento, esta figura cambia de la de un gobernante arbitrario a la de un gobernante ligado al hombre por la alianza y las promesas contenidas en ella. En la literatura profética el fin es considerado como el de una nueva armonía entre el hombre y la naturaleza en el tiempo mesiánico; en el cristianismo, Dios se manifiesta como hombre; en la filosofía de Maimónides, como en el misticismo. Los elementos antropomórficos y autoritarios están casi completamente eliminados, aunque en las formas populares de las religiones occidentales han permanecido sin mucho cambio.

Lo común al pensamiento judeo-cristiano y al budista zen es la conciencia de que debo renunciar a mi “voluntad” (en el sentido de mi deseo de forzar, dirigir, estrangular al mundo fuera de mí y dentro de mí) para estar completamente abierto, capaz de responder, despierto, vivo. En la terminología zen esto se llama con frecuencia “vaciarse a uno mismo”, lo que no tiene un sentido negativo, sino que significa la apertura para recibir. La terminología cristiana llama a esto por lo común “matarse a uno mismo y aceptar la voluntad de Dios”. Parece haber pocas diferencias entre la experiencia cristiana y la experiencia budista que están detrás de las dos formulaciones diferentes. Sin embargo, por lo que se refiere a la interpretación y la experiencia populares, esta formulación significa que en vez de tomar las decisiones por sí mismo, el hombre deja sus decisiones a un padre omnisciente, omnipotente, que vela por él y sabe lo que es bueno para él.

Es evidente que en esta experiencia el hombre no se abre ni se vuelve capaz de responder, sino que se hace obediente y sumiso. Seguir la voluntad de Dios en el sentido de la verdadera renuncia al egoísmo, puede lograrse mejor si no hay concepto de Dios. Paradójicamente, sigo efectivamente la voluntad de Dios si me olvido de Él. El concepto de vacío del zen implica el verdadero significado de renunciar a la propia voluntad, sin peligro, sin embargo, de regresar al concepto idolátrico de un padre que ayuda.

IV. La naturaleza de la conciencia, represión y des-represión

En el apartado anterior he tratado de esbozar las ideas del hombre y de la existencia humana que fundan las metas del psicoanálisis humanista. Pero el psicoanalista comparte estas ideas generales con otros conceptos humanistas filosóficos o religiosos. Debemos proceder ahora a describir el método específico a través del cual trata de alcanzar su meta el psicoanálisis.

El elemento más característico del tratamiento psicoanalítico es, sin duda alguna, su intento por *volver consciente el inconsciente*, o para decirlo con las palabras de Freud, para transformar el *Id* en Ego. Pero si bien esta formulación parece simple y clara, no lo es de ninguna manera. Surgen inmediatamente las preguntas: ¿qué es el inconsciente? ¿Qué es la conciencia? ¿Qué es la represión? ¿Cómo se vuelve consciente el inconsciente? Y si esto sucede ¿qué efecto tiene?

En primer lugar debernos considerar que los términos *consciente* e *inconsciente* son utilizados en varios sentidos diferentes. En un sentido, que podría llamarse funcional, lo "consciente" y lo "inconsciente" se refieren a una situación subjetiva dentro del individuo. Decir que es consciente de esto o aquel contenido psíquico, significa que *se da cuenta* de afectos, deseos, juicios, *etc*. El inconsciente, usado en el mismo sentido, se refiere a un estado de ánimo en el que la persona no se da cuenta de sus experiencias interiores. Si estuviera totalmente inconsciente de *todas* las experiencias, incluyendo las sensoriales, sería precisamente como una persona que está inconsciente. Decir que la persona es consciente de ciertos afectos, etc., significa que *es consciente* en lo que se refiere a estos afectos; decir que ciertos afectos son inconscientes significa que *es* inconsciente por lo que se refiere a estos contenidos. Debemos recordar que "inconsciente" no se refiere a la ausencia de ningún impulso, sentimiento, deseo, temor, etc., sino únicamente a la falta de *conciencia* de estos impulsos.

Muy diferente del uso del consciente y el inconsciente en el sentido funcional que acabamos de describir, es otro uso por el que nos referimos a ciertos sectores en la persona y a ciertos contenidos relacionados con ellos. Tal es el caso, generalmente, citando se emplean las expresiones "*el* consciente" y "*el* inconsciente". Aquí "el consciente" es *una parte de la personalidad*, con contenidos específicos, y "el inconsciente" es otra parte de la personalidad, con otros contenidos específicos. En opinión de Freud, el inconsciente es esencialmente la sede de la irracionalidad. En el pensamiento de Jung, el significado parece casi el inverso; el inconsciente es esencialmente la sede de las más profundas fuentes de la sabiduría, mientras que lo consciente es la parte intelectual de la personalidad. De acuerdo con esta visión de lo consciente y lo inconsciente, éste es percibido como el sótano de una casa, en el que se acumula todo lo que no encuentra lugar en la superestructura; el sótano de Freud contiene sobre todo los vicios del hombre; el de Jung contiene esencialmente la sabiduría humana.

Como lo ha subrayado H. S. Sullivan, el uso de "el inconsciente" en el sentido de sector es desafortunado, y una representación pobre de los hechos psíquicos en cuestión. Podría añadir que la preferencia por este tipo de conceptos, sustantivo más que funcional, corresponde a la tendencia general en la cultura occidental contemporánea a percibir en términos de cosas que *tenemos*, más que a percibir en términos de *ser*. *Tenemos* un problema de ansiedad, *tenemos* insomnio, *tenemos* una depresión, *tenemos* un psicoanalista, lo mismo que tenemos un automóvil, una casa o un niño. En el mismo sentido tenemos también un "inconsciente". No es accidental que mucha gente use la palabra "subconsciente" en vez de la palabra "inconsciente". Lo hacen obviamente por la razón que el "subconsciente" se presta mejor al concepto localizado; puedo decir "soy inconsciente de" esto o aquello, pero no puedo decir "soy subconsciente" de ello.

Existe otro uso de "consciente", que algunas veces se presta a confusión.

La conciencia es identificada con el *intelecto reflexivo* y el inconsciente con la experiencia irreflexionada. No puede objetarse, por supuesto, este uso de consciente e inconsciente, siempre y

cuando que el significado sea claro y no se confunda con los otros dos significados. No obstante, este uso no parece afortunado; la reflexión intelectual es, por supuesto, siempre consciente, pero no todo lo que es consciente es reflexión intelectual. Si miro a una persona, tengo *conciencia* de esa persona, tengo conciencia de lo que me sucede a mí en relación con la persona, pero sólo si me he separado de ésa persona a una distancia de sujeto a objeto, es idéntica esa conciencia a la reflexión intelectual. Lo mismo es cierto si tengo conciencia de mi respiración, que de ninguna manera es lo mismo que *pensar en* mi respiración; en realidad, cuando empiezo a pensar *sobre* mi respiración, dejo de tener conciencia de mi respiración. Lo mismo es válido de todos mis actos a través de los cuales me relaciono con el mundo. Más adelante hablaremos más de esto.

Habiendo decidido hablar del inconsciente y lo consciente como estados de conocimiento y falta de conocimiento, respectivamente, más que como “partes” de la personalidad y contenidos específicos, debemos considerar ahora el problema de qué es lo que impide que una experiencia llegue a nuestro conocimiento, es decir, que se vuelva consciente.

Pero antes de empezar a examinar esta cuestión, surge otra que debe ser respondida primero. Si hablamos en un contexto psicoanalítico de conciencia e inconsciencia, se implica que la conciencia tiene un valor superior al de la inconciencia. ¿Por qué habríamos de intentar ampliar el dominio de la conciencia, si esto no fuera así? No obstante, es obvio que la conciencia como tal, no tiene un valor particular; en realidad, gran parte de lo que la gente tiene en su mente consciente es ficción y engaño; y es así, no tanto porque la gente sea *incapaz* de ver la verdad sino por la función de la sociedad. La mayor parte de la historia humana (con la excepción de algunas sociedades primitivas) se caracteriza por el hecho de que una pequeña minoría ha dominado y explotado a la mayoría de sus semejantes. Para hacerlo, la minoría ha utilizado, por lo general, la fuerza; pero la fuerza no es suficiente. A la larga, la mayoría ha tenido que aceptar su propia explotación voluntariamente, y esto sólo es posible si su mente se ha llenado de toda clase de mentiras y ficciones, que justifican y explican su aceptación del dominio de la minoría.

No obstante, ésta no es la única razón del hecho de que la mayor parte de lo que las personas tienen en la conciencia acerca de ellas *mismas*, de los demás, de la sociedad, etc., sea ficción. En su desarrollo histórico, cada sociedad queda apresada en su propia necesidad de sobrevivir en la forma particular en la que se ha desarrollado y generalmente logra esta supervivencia ignorando los fines humanos más amplios que son comunes a todos los hombres. Esta contradicción entre el fin social y el universal conduce también a la fabricación (en una escala social), de toda clase de ficciones e ilusiones, que tienen la función de negar y racionalizar la dicotomía entre las metas de la humanidad y las de una sociedad dada.

Podríamos decir, entonces, que el contenido de la conciencia es sobre todo ficticio y engañoso y no representa a la realidad. Así pues, la conciencia como tal no es nada deseable. Sólo si la realidad escondida (la que es inconsciente), se revela y, en consecuencia, deja de estar escondida (es decir, se vuelve consciente), se realiza algo valioso. Debemos volver a este análisis más adelante. Por ahora sólo quiero subrayar que la mayor parte de lo que hay en nuestra conciencia es “conciencia falsa” y que es la sociedad, sobre todo, la que nos llena de estas nociones ficticias e irreales.

Pero el efecto de la sociedad no es sólo infundir ficciones a nuestra conciencia sino, además, impedir la conciencia de la realidad. La elaboración de este punto nos conduce directamente al problema central de cómo se produce la represión o la inconciencia.

El animal tiene una conciencia de las cosas que lo rodean que, para usar el término de R. M. Bucke, podemos llamar “conciencia simple”. La estructura cerebral del hombre, por ser más amplia y más compleja que la del animal, trasciende esta simple conciencia y es la base de la *conciencia de* sí, conocimiento de sí mismo como sujeto de su experiencia. Pero quizá por su enorme complejidad[51], la conciencia humana se organiza de varias maneras posibles, y para que una experiencia cualquiera

penetre en la conciencia, debe ser comprensible según las categorías en que está organizado el pensamiento consciente. Algunas de las categorías, como el tiempo y el espacio, pueden ser universales y pueden constituir categorías de percepción comunes a todos los hombres. Otras, por ejemplo, la causalidad, pueden ser una categoría válida para muchos, pero no para todas las formas de percepción humana consciente. Otras categorías son aún menos generales y difieren de cultura a cultura. Comoquiera que sea, la experiencia puede entrar en la conciencia sólo a condición de que pueda ser percibida, relacionada y ordenada en términos de un sistema conceptual[52] y de sus categorías. Este sistema es en sí un resultado de la evolución social. Toda sociedad, por su propia práctica de vida y por su modo de relacionarse, sentir y percibir, desarrolla un sistema de categorías que determina las formas de conciencia. Este sistema funciona, como si dijéramos, como un filtro *socialmente condicionado*; la experiencia no puede entrar en la conciencia si no pasa por este filtro.

La cuestión está entonces en entender más concretamente cómo funciona este “filtro social” y cómo permite que ciertas experiencias se filtren, mientras que a otras se les impide que entren en la conciencia.

En primer lugar, debernos considerar que muchas experiencias no se prestan fácilmente a ser percibidas por la conciencia. El dolor es quizás la experiencia física que se presta mejor a ser conscientemente percibida; el deseo sexual, el hambre, etc., son también fácilmente percibidos; obviamente, todas las sensaciones importantes para la supervivencia del individuo o del grupo tienen fácil acceso a la conciencia. Pero cuando se llega a una experiencia más sutil o compleja, como: *contemplar el capullo de una rosa al amanecer, una gota de rocío en él, cuando el aire es todavía frío, el sol sale y un pájaro canta*… ésta es una experiencia que en algunas culturas se presta fácilmente a la conciencia (por ejemplo, en Japón), mientras que en la cultura occidental moderna esta misma experiencia no entrará por lo común a la conciencia por no ser suficientemente “importante” o “significativa” para ser advertida. El hecho de que las experiencias afectivas sutiles puedan entrar en la conciencia depende del grado en que tales experiencias son cultivadas en una cultura dada. Hay muchas experiencias efectivas para las que no tiene palabras determinado lenguaje, mientras que otro lenguaje puede ser rico en palabras que expresan estos sentimientos. En inglés, por ejemplo, hay una sola palabra, *love*, que cubre experiencias que van desde el gustar hasta la pasión erótica, del amor fraternal al maternal. En un lenguaje en que diferentes experiencias afectivas no se expresan con palabras distintas, es casi imposible que las propias experiencias entren en la conciencia y a la inversa. Por lo común, puede decirse que una experiencia casi nunca entra en la conciencia si el lenguaje no tiene palabras para expresarla.

Pero éste es sólo un aspecto de la función de filtro del lenguaje. Los distintos lenguajes difieren no sólo por el hecho de que varían en la diversidad de palabras que usan para denotar ciertas experiencias afectivas, sino por su sintaxis, su gramática y el significado original de las palabras. Todo lenguaje contiene una actitud vital, es una expresión congelada de una experiencia determinada de la vida[53].

He aquí algunos ejemplos. Hay lenguajes en los que la forma verbal “llueve”, por ejemplo, se conjuga de manera diferente según que yo diga que llueve porque he estado bajo la lluvia y me he mojado, porque he visto llover desde el interior de una choza o porque alguien me ha dicho que llueve. Es obvio que el acento del lenguaje en estas *fuentes* distintas de experimentar un hecho (en este caso, que llueve) tiene una profunda influencia en *la manera* en que la gente experimenta los hechos.

> (En nuestra cultura moderna, por ejemplo, con su acento en el aspecto puramente intelectual del conocimiento, importa poco cómo conozco el hecho, si por experiencia directa, indirecta o de oídas.)

En hebreo, por ejemplo, el principio fundamental de la conjugación es determinar si una actividad es completa (perfecta) o incompleta (imperfecta) mientras que el tiempo en que ocurre —pasado, presente, futuro— se expresa sólo de una manera secundaria. En latín ambos principios (tiempo y perfección) se usan juntos, mientras que el inglés se orienta predominantemente en el sentido del tiempo. Una vez más, no hace falta decir que esta diferencia en la conjugación expresa una diferencia en la experiencia[54].

Otro ejemplo se encuentra en el uso diferente de verbos y nombres en diversos idiomas, y aún entre distintas personas que utilizan el mismo idioma. El nombre se refiere a una "cosa"; el verbo se refiere a una actividad. Un creciente número de personas prefieren pensar en términos de *tener cosas*, en vez de *ser* o *actuar*; de ahí que prefieran los nombres a los verbos.

El lenguaje, mediante sus palabras, su gramática, su sintaxis, mediante todo el espíritu que está congelado dentro de él, determina cómo experimentamos y qué experiencia penetra a nuestra conciencia.

El segundo aspecto del filtro que hace posible la conciencia es la *lógica* que dirige el pensamiento de los hombres en determinada cultura. Así como la mayoría de la gente supone que su lenguaje es "natural" y que otros lenguajes sólo utilizan palabras diferentes para las mismas cosas, supone también que las reglas que determinan el pensamiento adecuado son naturales y universales; que lo que es ilógico en un sistema cultural es ilógico en cualquier otro, porque entra en conflicto con la lógica "natural". Un buen ejemplo de esto es la diferencia entre la lógica aristotélica y la paradójica.

La lógica aristotélica se basa en la ley de identidad que afirma que A es igual a A, la ley de la no contradicción (A no es igual a no-A) y la ley del tercero excluido (A no puede ser A y no-A, ni A ni no-A). Aristóteles lo afirmó así: "Es imposible que la misma cosa pertenezca y al mismo tiempo no pertenezca a la misma cosa y en el mismo respecto... Éste es, entonces, el más seguro de todos los principios[55]."

En oposición a la lógica aristotélica está lo que podríamos llamar *lógica paradójica*, que supone que A y no-A no se excluyen entre sí como predicados de X. La lógica paradójica predominó en el pensamiento chino y de la India, en la filosofía de Heráclito, y una vez más con el nombre de dialéctica en el pensamiento de Hegel y de Marx. El principio general de la lógica paradójica ha sido claramente descrito en términos generales por Lao-Tsé: "Las palabras que son estrictamente verdaderas parecen ser paradójicas[56]". Y por Chuang-Tzu: "Lo que es uno es uno. Lo que es no-uno es también uno."

En tanto que una persona vive en una cultura en la que la verdad de la lógica aristotélica no es puesta en duda, es muy difícil, si no imposible, para ella tener conciencia de las experiencias que contradicen la lógica aristotélica, y que por tanto, desde el punto de vista de su cultura, carecen de sentido. Un buen ejemplo es el concepto freudiano de la ambivalencia, que afirma que puede experimentarse amor y odio por la misma persona al mismo tiempo. Esta experiencia, que desde el punto de vista de la lógica paradójica es bastante "lógica", no tiene sentido desde el punto de vista de la lógica aristotélica. Como resultado, es muy difícil para la mayoría de la gente el tener conciencia de sentimientos de ambivalencia. Si tienen conciencia de amor, no pueden tener conciencia del odio, porque carecería de sentido tener dos sentimientos contradictorios al mismo tiempo y hacia la misma persona[57].

El tercer aspecto del filtro, aparte del lenguaje y la lógica, es el *contenido* de las experiencias. Toda sociedad excluye ciertos pensamientos y sentimientos de ser pensados, sentidos y expresados. Hay cosas que no sólo "no se hacen" sino que ni siquiera "se piensan". En una tribu de guerreros, por ejemplo, cuyos miembros viven de matar y robar a los miembros de otras tribus, podría haber un

individuo que sintiera repulsión a matar y robar. Sin embargo, es muy improbable que tuviera conciencia de este sentimiento, porque seria incompatible con el sentimiento de toda la tribu; tener conciencia de este sentimiento incompatible significaría el peligro de sentirse completamente aislado y condenado al ostracismo. De ahí que un individuo con tal sentimiento de repugnancia desarrollara probablemente un síntoma psicosomático de vómito, en vez de dejar que el sentimiento de repugnancia penetrara en su conciencia.

Exactamente lo contrario se encontraría en un miembro de una tribu agrícola pacífica, que tuviera el impulso de salir a matar y a robar a los miembros de otros grupos. Es probable que tampoco se permitiera cobrar conciencia de sus impulsos sino que, en vez de ello, desarrollaría un síntoma, quizá un terror intenso.

Otro ejemplo: Debe de haber muchos comerciantes en nuestras grandes ciudades que tengan un cliente que necesite urgentemente, digamos, un traje pero que no tenga dinero suficiente ni para comprar el más barato. Entre esos comerciantes debe de haber unos cuantos con el impulso humano natural de darle el traje al cliente por el precio que puede pagar. ¿Pero cuántos de ellos se permitirán cobrar conciencia de semejante impulso? Supongo que muy pocos. La mayoría lo reprimirá y podríamos encontrar entre esos hombres alguna conducta agresiva hacia el cliente, que esconde el impulso inconsciente, o un sueño a la noche siguiente que lo exprese.

Al plantear la tesis de que a los contenidos incompatibles con otros socialmente permisibles no se les permite entrar en el campo de la conciencia, planteamos otras dos preguntas. ¿Por qué son ciertos contenidos incompatibles con una sociedad dada? Además, ¿por qué tiene el individuo tanto miedo de tener conciencia de esos contenidos prohibidos?

En cuanto a la primera pregunta, debo referirme al concepto del “carácter social”. Cualquier sociedad, para sobrevivir, debe moldear el carácter de sus miembros de tal manera que *quieran hacer* l o *que tienen que hacer*; su función social debe interiorizarse y transformarse en algo que estén obligados a hacer. Una sociedad no puede permitir una desviación de este patrón, porque si este “carácter social” pierde su coherencia y su firmeza, muchos individuos dejarían de actuar como se espera que actúen y la supervivencia de la sociedad en su forma dada estaría en peligro. Las sociedades, por supuesto, difieren según la rigidez con que fortalecen su carácter social y la observación de los tabúes para proteger este carácter, pero en todas las sociedades hay tabúes, cuya violación tiene como resultado el ostracismo.

La segunda pregunta se refiere a por qué el individuo tiene tanto miedo al peligro de ostracismo implícito que no se permite tener conciencia de los impulsos “prohibidos”. Para responder a esta pregunta, debo referirme también a exposiciones más completas hechas en otra parte[58]. Para decirlo brevemente, si no quiere volverse loco, tiene que relacionarse de alguna manera con los demás. Carecer en absoluto de relaciones lo lleva a las fronteras de la locura. Mientras que, en tanto que es un animal, tiene mucho miedo de morir, en tanto que es un hombre tiene mucho miedo de estar completamente solo. Este miedo, más que, como supone Freud, el miedo a la castración, es el factor efectivo que no permite la conciencia de los sentimientos y pensamientos tabú.

Llegamos, pues, a la conclusión de que la conciencia y la inconciencia están socialmente condicionadas. *Tengo conciencia* de todos mis sentimientos y pensamientos que pueden penetrar el triple filtro del lenguaje (socialmente condicionado), la lógica y los tabúes (carácter social). Las experiencias que no pueden filtrarse permanecen fuera de la conciencia; es decir, permanecen inconscientes[59].

Hay que hacer dos advertencias en relación con el acento en la naturaleza social del inconsciente. Una, más bien obvia, es que además de los tabúes sociales hay elaboraciones individuales de estos tabúes que difieren de familia a familia; un niño, temeroso de ser “abandonado” por sus padres porque

tiene conciencia de experiencias que para ellos, individualmente, son tabú, reprimirá también, además de la represión socialmente normal, aquellos sentimientos a los que les impide llegar a la conciencia el aspecto individual del filtro. Por otra parte, padres de una gran apertura interior y con poca “tendencia a la represión” tenderán, por su propia influencia, a hacer el filtro social (y el Superego) menos estrechos e impenetrables.

La otra advertencia se refiere a un fenómeno más complicado. Reprimimos no sólo la conciencia de aquellos impulsos que son incompatibles con el patrón social de pensamiento, sino que tendemos también a reprimir aquellos impulsos incompatibles con el principio de estructura y desarrollo de todo el ser humano, incompatibles con la “conciencia humanista”, esa voz que habla en nombre del pleno desarrollo de nuestra persona.

Los impulsos destructivos, el impulso de regresar al seno materno o a la muerte, el impulso de comerse a aquellos de los que se quiere estar cerca, estos y otros muchos impulsos regresivos pueden o no ser compatibles con el carácter social, pero no son de ningún modo compatibles con las metas inherentes a la evolución de la naturaleza del hombre. Si un niño quiere mamar, es normal, es decir, corresponde al estado de evolución en que se encuentra el niño en ese momento. Si un adulto tiene los mismos fines, está enfermo; en tanto que no sólo es impulsado por el pasado, sino también por la meta inherente a su estructura total, siente la discrepancia entre lo que es y lo que debería ser; empleando aquí “debería” no en el sentido de un mandamiento, sino en el sentido de las metas evolucionistas inmanentes e inherentes a los cromosomas de los que se desarrolla, así como su futura constitución física, el color de sus ojos, etc., que están ya “presentes” en los cromosomas.

Si el hombre pierde contacto con el grupo social en el que vive, se asusta del aislamiento absoluto y por este miedo no se atreve a pensar la que “no se piensa”. Pero el hombre teme también estar completamente aislado de la humanidad, que está dentro de él y es representada por su conciencia. Ser completamente inhumano es también aterrador, aunque, según parece indicar la evidencia histórica, menos aterrador que sentirse socialmente condenado al ostracismo, suponiendo que toda una sociedad haya adoptado normas inhumanas de conducta. Cuanto más se aproxime una sociedad a la norma de vida humana, menos conflicto habrá entre el aislamiento de la sociedad y de la humanidad. Cuanto mayor es el conflicto entre los fines sociales y los fines humanos, más se desgarra el individuo entre los dos polos peligrosos de aislamiento. No hace falta añadir que en la medida en que una persona —por su propio desarrollo intelectual y espiritual— siente su solidaridad con la humanidad, puede tolerar más el ostracismo social y a la inversa. La capacidad de actuar de acuerdo con la propia conciencia depende del grado en que se hayan trascendido los límites de la propia sociedad y se haya convertido uno en ciudadano del mundo, en “cosmopolita”.

El individuo no puede permitirse tener conciencia de pensamientos o sentimientos incompatibles con los patrones de su cultura y, por ello, se ve obligado a reprimirlos. *Formalmente* hablando, pues, lo inconsciente y lo consciente dependen (aparte de los elementos individuales, condicionados por la familia y la influencia de la conciencia humanista) de la estructura de la sociedad y de los patrones de sentimientos y pensamientos que produce. En cuanto a los *contenidos del inconsciente*, no es posible ninguna generalización. Pero puede hacerse esta afirmación: siempre representa al hombre total, con todas sus posibilidades de oscuridad y de luz; siempre contiene la base de las distintas respuestas que el hombre es capaz de dar a la pregunta que plantea la existencia.

En el caso extremo de las culturas más regresivas, inclinadas a volver a la existencia animal, este deseo mismo es predominante y consciente, mientras que todo impulso por salirse de este nivel es reprimido. En una cultura que se ha movido de la meta regresiva a la espiritual-progresiva, las fuerzas que representa la oscuridad son inconscientes. Pero el hombre, en cualquier cultura, tiene todas las posibilidades; es el hombre arcaico, la bestia de presa, el caníbal, el idólatra y es el ser con la capacidad para la razón, el amor, la justicia. El contenido del inconsciente, entonces, no es ni el bien

ni el mal, lo racional ni lo irracional; es ambos; es todo lo humano. El inconsciente es el hombre total —menos esa parte del hombre que corresponde a su sociedad. La conciencia representa al hombre social, las limitaciones accidentales establecidas por la situación histórica en la que cae un individuo. El inconsciente representa al hombre universal, al hombre total, arraigado en el Cosmos; representa la planta que hay en él, el animal que hay en él, el espíritu que hay en él; representa su pasado hasta el alba de la existencia humana y representa su futuro hasta el día en que el hombre llegue a ser plenamente humano y la naturaleza se humanice lo mismo que el hombre se "naturalice".

Definiendo la conciencia y el inconsciente como lo hemos hecho ¿qué significa hablar de *hacer consciente el inconsciente*, *de des-represión*?

Según el concepto freudiano, hacer consciente el inconsciente tenía una función limitada, en primer lugar porque el inconsciente consistía principalmente, según se suponía, de los deseos reprimidos, instintivos, en tanto que son incompatibles con la vida civilizada. Se refería a simples deseos instintivos, como los impulsos incestuosos, el miedo a la castración, la envidia del pene, etc., cuya conciencia, se suponía, había sido reprimida en la historia de un individuo determinado. La conciencia del impulso reprimido debía conducir a su dominio por el ego victorioso. Cuando nos liberamos del concepto freudiano limitado del inconsciente y seguimos el concepto arriba expuesto, el fin de Freud, la transformación del inconsciente en consciente ("*Id* en *Ego*"), adquiere un significado más amplio y más profundo. *Hacer del inconsciente consciente transforma la mera idea de la universalidad del hombre en la experiencia viva de esa universalidad; es la realización en la experiencia del humanismo.*

Freud advirtió claramente cómo la represión interfiere con el sentido de la realidad de una persona y cómo la supresión de la represión conduce a una nueva apreciación de la realidad. Freud llamaba al efecto distorsionador de los impulsos inconscientes "transferencia"; más adelante, H. S. Sullivan llamó al mismo fenómeno "deformación paratáxica". Freud descubrió, primero en la relación del paciente con el analista, que el paciente no veía al analista como *éste es*, sino como una proyección de sus (las del paciente) propias aspiraciones, deseos y ansiedades, tal como se formaron originalmente en sus experiencias con las personas importantes de su infancia. Sólo cuando el paciente entra en contacto con su inconsciente puede superar las distorsiones producidas por él mismo y ver a la persona del analista, así como a la de su padre o su madre, tal como son.

Lo que Freud descubrió es el hecho de que vemos la realidad deformada. Que creemos ver a una persona tal como es, mientras que en realidad vemos nuestra proyección de una imagen de la persona sin tener conciencia de ello. Freud vio no sólo la influencia deformadora de la transferencia, sino también las numerosas influencias deformadoras de la represión. En tanto que una persona es movida por impulsos desconocidos para ella y en contraste con su pensamiento consciente (que representa las demandas de la realidad social), puede proyectar sus propios deseos inconscientes en otra persona y no tener conciencia de ellos, por tanto, dentro de sí mismo sino —con indignación— en el otro ("proyección"). O bien, puede inventar razones racionales de impulsos que en sí mismos tienen una fuente totalmente diferente. Este razonamiento consciente, que es una seudo explicación de fines cuyos verdaderos motivos son inconscientes, fue llamado por Freud *racionalización.* Ya sea que hagamos referencia a la transferencia, la proyección o las racionalizaciones, la mayor parte de aquello de lo que tiene conciencia una persona es una ficción —mientras que algo que reprime (es decir, que es inconsciente) es real.

Tomando en cuenta lo que hemos dicho sobre la influencia entorpecedora de la sociedad y considerando además nuestro concepto más amplio de lo que constituye el inconsciente, llegamos a un nuevo concepto del inconsciente-consciente. Podemos empezar por decir que la persona media, aunque piensa que está despierta, está en realidad medio dormida. Por "medio dormida" quiero decir que su contacto con la realidad es muy parcial; la mayor parte de lo que considera como realidad

(fuera o dentro de sí misma) es una serie de ficciones que su mente construye.

Tiene conciencia de la realidad sólo en la medida en que el funcionamiento social lo hace necesario. Tiene conciencia de sus semejantes en tanto que necesita cooperar con ellos; tiene conciencia de la realidad material y social en tanto que necesita conocerla para manipularla. *Tiene conciencia de la realidad en la medida en que la meta de la supervivencia hace necesaria esa conciencia.*

> (Haciendo la distinción inversa, en el estado de sueño, la conciencia de la realidad exterior se suspende, aunque se recupera fácilmente en caso de necesidad. En el caso de locura, la plena conciencia de la realidad exterior está ausente y no es recuperable siquiera en una emergencia.)

La conciencia de la persona media es sobre todo "falsa conciencia" integrada por ficciones e ilusión, mientras que justo de lo que no tiene conciencia es de la realidad. Podemos diferenciar así entre aquello de lo que *es* consciente una persona y aquello de la que *se vuelve* consciente. Es consciente, principalmente, de ficciones; puede *volverse* consciente de las realidades que están por debajo de estas ficciones.

Hay otro aspecto del inconsciente que se desprende de las premisas analizadas antes. En tanto que la conciencia representa sólo al pequeño sector de experiencia socialmente moldeada y el inconsciente representa la riqueza y la profundidad del hombre universal, el estado de represión resulta en el hecho de que yo, la persona accidental, social, estoy separado de mí mismo, la persona total humana. Soy un extraño a mí mismo, y en la misma medida todos las demás son extraños para mí. Estoy separado de la vasta área de experiencia que es humana y soy un fragmento de hombre, un inválido que experimenta sólo una pequeña parte de lo que es real en sí mismo y de lo que es real en los demás.

Hasta aquí hemos hablado sólo de la función deformadora de la represión; queda por mencionar otro aspecto que no conduce a una deformación, sino a hacer que la experiencia sea irreal por ***cerebración***. Me refiero al hecho de que creo que veo —pero sólo *veo palabras*; creo que siento, pero sólo *pienso sentimientos*. La persona cerebral es la persona enajenada, la persona que está en la caverna y que, como en la alegoría de Platón, sólo ve sombras y las confunde con la realidad inmediata.

Este proceso de cerebración se relaciona con la ambigüedad del lenguaje. Tan pronto como he expresado algo en una palabra, se produce una enajenación, y la experiencia plena ya ha sido sustituida por la palabra. La experiencia plena existe sólo, en realidad, hasta el momento en que es expresada por el lenguaje. Este proceso general de cerebración está probablemente más difundido y es más intenso en la cultura moderna que en ningún otro momento de la historia. Justo por el creciente acento sobre el conocimiento intelectual, que es una condición de los logros científicos y técnicos, y en relación con esto sobre la alfabetización y la educación, las palabras sustituyen cada vez más a la experiencia. No obstante, la persona afectada no tiene conciencia de ello. Piensa que ve algo; piensa que siente algo; no obstante, no hay experiencia salvo la memoria y el pensamiento. Cuando cree que capta la realidad es sólo su yo-cerebral el que la capta, mientras que él, el hombre total, sus ojos, sus manos, su corazón, su estómago, no capta nada —en realidad, no participa en la experiencia que él considera *suya*.

¿Qué sucede entonces en el proceso en el que el inconsciente se vuelve consciente? Para responder a esta pregunta sería mejor reformularla. No hay algo que pueda llamarse "la conciencia" ni algo que pueda llamarse "el inconsciente". Hay grados de conciencia-conocimiento y de inconciencia-desconocimiento. Nuestra pregunta debería ser más bien: ¿qué sucede cuando cobro conciencia de lo que no había tenido conciencia antes? De acuerdo con lo que ya se ha dicho, la respuesta general a esta

pregunta es que cada paso en este proceso tiende al conocimiento del carácter ficticio, irreal, de nuestra conciencia "normal". Cobrar conciencia de lo inconsciente y ampliar así la propia conciencia significa entrar en contacto con la realidad y, en este sentido, con la verdad (intelectual y afectivamente). Ampliar la conciencia significa despertarse, quitar un velo, abandonar la caverna, hacer luz en la oscuridad.

¿Podría ser ésta la misma experiencia que los budistas zen llaman "iluminación"?

Aunque volveré más adelante sobre esta cuestión, quiero examinar un poco más ahora un aspecto crucial del psicoanálisis, es decir, la *naturaleza de la visión y el conocimiento* que debe afectar la transformación del inconsciente en consciente[60]. Sin duda, en los primeros años de su investigación psicoanalítica, Freud compartió la creencia racionalista convencional de que el conocimiento era intelectual, teórico. Pensaba que bastaba explicar al paciente por qué se habían producido ciertos procesos y decirle lo que el analista descubría en su inconsciente. Este conocimiento intelectual, llamado "interpretación", debía efectuar un cambio en el paciente. Pero pronto Freud y otros analistas habrían de descubrir la verdad de la afirmación de Spinoza de que el conocimiento *intelectual* conduce a un cambio en la medida en que es también conocimiento *afectivo.* Se hizo evidente que el conocimiento intelectual como tal no produce ningún cambio, salvo quizá en el sentido de que mediante el conocimiento intelectual de sus propios conflictos inconscientes una persona puede ser más capaz de controlarlos —lo que es más bien, sin embargo, el fin de la ética tradicional, más que del psicoanálisis. Mientras el paciente permanece en la actitud del observador científico imparcial, considerándose como el objeto de su investigación, no está en contacto con su inconsciente, salvo al *pensar* acerca de él; no *experimenta* la realidad más amplia, más profunda, dentro de sí mismo. El descubrimiento del propio inconsciente no es, justo, un acto intelectual, sino una experiencia afectiva, que sólo difícilmente puede traducirse en palabras, si acaso puede hacerse. Esto no significa que el pensamiento y la especulación no puedan preceder al acto de descubrimiento; pero el acto mismo de descubrimiento es siempre una experiencia *total*. Es total en el sentido de que toda la persona lo experimenta; es una experiencia que se caracteriza por su espontaneidad y su acaecer repentino. Se abren de pronto los ojos; uno y el mundo aparecen a una luz distinta, son vistos desde un punto de vista diferente. Por lo general, hay mucha angustia antes de que se produzca esta experiencia, mientras que después se produce un nuevo sentimiento de fuerza y certidumbre. El proceso de descubrir el inconsciente puede describirse como una serie de experiencias cada vez más amplias, que son sentidas profundamente y que trascienden el conocimiento teórico, intelectual.

La importancia de este tipo de *conocimiento por la experiencia* está en el hecho de que trasciende al tipo de conocimiento y conciencia en que el sujeto-intelecto se observa como un objeto y que en consecuencia, trasciende el concepto occidental, racionalista, del conocimiento.

> (Excepciones en la tradición occidental, cuando se trata del conocimiento por la experiencia, se encuentran en la que Spinoza consideraba como la más elevada forma del conocimiento: la intuición; en la intuición intelectual de Fichte; o en la conciencia creadora de Bergson. Todas estas categorías de la intuición trascienden el conocimiento dividido entre sujeto y objeto. La importancia de este tipo de experiencia para el problema del budismo zen se aclarará más adelante, en el análisis del zen.)

Debe mencionarse otro punto en nuestro breve esquema de los elementos esenciales del psicoanálisis: *el papel del psicoanalista.*

Originalmente no difería del papel del médico que "trataba" a una paciente. Pero después de algunos años la situación cambió radicalmente. Freud reconoció que el analista mismo necesitaba ser analizado, es decir, pasar por el mismo proceso al que habría de someterse después su paciente. Esta

necesidad del análisis del analista se explicaba como resultado de la necesidad de liberar al analista de sus propias cegueras, tendencias neuróticas, *etc.* Pero esta explicación parece insuficiente, por lo que se refiere a la propia opinión de Freud, si consideramos sus primeras afirmaciones, citadas más arriba, cuando hablaba de que el analista debía ser un "modelo", un "maestro", capaz de conducir una relación entre él mismo y el paciente basada en un "amor a la verdad" que impide cualquier tipo de "impostura o engaño". Freud parece haber sentido que el analista tiene una función que trasciende a la del médico en su relación con el paciente. Pero no modificó su concepto fundamental, el de que el analista era el observador imparcial —y el paciente su *objeto* de observación. En la historia del psicoanálisis, este concepto del observador desprendido se modificó en dos sentidos: primero por Ferenczi, que en los últimos años de su vida postuló que no bastaba con que el analista observara e interpretara; que tenía que ser capaz de amar al paciente con ese amor que el paciente había necesitado como niño y, sin embargo, nunca había experimentado. Ferenczi no sostenía que el analista debiera sentir amor erótico por su paciente sino, más bien, un amor maternal o paternal o, más generalmente, una preocupación amorosa[61]. H. S. Sullivan trató el mismo punto desde un aspecto diferente. Creyó que el analista no debía tener una actitud de observador desprendido, sino de "*observador participante*", tratando así de trascender la idea ortodoxa de la separación del analista. En mi propia opinión, quizá Sullivan no fue lo suficientemente lejos y sería preferible la definición del papel del analista como el de un *participante observador* más que el de un observador participante. Pero aun la expresión "participante" no expresa exactamente lo que se quiere decir; "participar" sigue siendo estar fuera. El conocimiento de otra persona requiere estar dentro de ella, ser ella. El analista entiende al paciente sólo en tanto que él mismo experimente todo lo que el paciente experimenta; de otra manera, sólo tendrá un conocimiento intelectual *acerca* del paciente, pero nunca conocerá realmente lo que él paciente experimenta, ni será capaz de expresarle que comparte y entiende su experiencia (la del paciente). En esta relación productiva entre analista y paciente, en el acto de comprometerse plenamente con el paciente, de estar plenamente abierto y ser capaz de responderle, de empaparse de él, como si dijéramos, en esta relación de centro a centro, está una de las condiciones esenciales para la comprensión psicoanalítica y la curación[62]. El analista debe convertirse en el paciente y, sin embargo, debe ser él mismo; debe olvidarse que es el médico y, sin embargo, debe permanecer consciente de ello. Sólo cuando acepta esta paradoja, puede dar "interpretaciones" autorizadas por estar arraigadas en su propia experiencia. El analista analiza al paciente, pero el paciente también analiza al analista porque éste, al compartir el inconsciente del paciente, no puede evitar aclarar su propio inconsciente. De ahí que el analista no sólo cure al paciente, sino que también sea curado por él. No sólo entiende al paciente, sino que eventualmente el paciente lo entiende. Cuando se llega a esta etapa, se han alcanzado la solidaridad y la comunión.

Esta relación con el paciente debe ser realista y libre de todo sentimentalismo. Ni el analista ni ningún hombre puede "salvar" a otro ser humano. Puede actuar como guía —o como partera—, puede mostrar el camino, quitar obstáculos y algunas veces prestar alguna ayuda directa, pero nunca puede hacer por el paciente lo que sólo el paciente puede hacer por sí mismo. Debe aclararse perfectamente esto al paciente, no sólo con palabras, sino con toda su actitud. Debe subrayar también la conciencia de la situación realista que es aún más limitada de lo que debe serlo necesariamente una relación entre dos personas; si él, el analista, ha de vivir su propia vida, y si debe servir a numerosos pacientes simultáneamente, hay limitaciones de tiempo y espacio. Pero no hay limitación en el aquí y el ahora del encuentro entre paciente y analista. Durante este encuentro, durante la sesión analítica, cuando los dos se hablan entre sí, nada hay más importante en el mundo que ese hablarse entre sí —para el paciente lo mismo que para el analista. El analista, en años de trabajo común con el paciente, trasciende el papel convencional del médico; se convierte en un profesor, un modelo, quizás un

maestro, siempre que él mismo nunca se considere analizado mientras no haya alcanzado la plena conciencia de sí y la plena libertad, mientras no haya superado su propia enajenación y separación. El análisis didáctico del analista no es el fin, sino el principio de un proceso continuado de análisis, es decir, de creciente lucidez.

V. Principios del budismo zen

En las páginas anteriores he hecho un breve esquema del psicoanálisis humanista. Me he referido a la existencia del hombre y a la pregunta que plantea; la naturaleza del bienestar definida como una superación de la enajenación y la separación; el método específico por el cual el psicoanálisis trata de alcanzar su meta, es decir, la penetración del inconsciente. Me he referido a la naturaleza del inconsciente y de la conciencia; y a lo que significan "conocer" y "cobrar conciencia" en el psicoanálisis, finalmente, he examinado el papel del analista en el proceso.

Para preparar el terreno a un examen de la relación entre el psicoanálisis y el zen, pudiera parecer necesario presentar un esquema sistemático del budismo zen. Afortunadamente, no se necesita aquí, ya que las conferencias del doctor Suzuki, contenidas en este libro (lo mismo que sus otros trabajos) tienen precisamente el fin de trasmitir un conocimiento de la naturaleza del zen en la medida en que puede transmitirse con palabras. No obstante, debo referirme a aquellos principios del zen que tienen una importancia inmediata para el psicoanalista.

La esencia del zen es la adquisición de la iluminación (*satori*). Quien no haya tenido esta experiencia nunca podrá entender plenamente el zen.

Como no he experimentado el *satori*, sólo puedo hablar del zen tangencialmente y no como debería hablarse —con la plenitud de la experiencia. Pero esto no se debe, como ha sugerido C. G. Jung, a que el *satori* "represente un arte y una forma de iluminación prácticamente imposibles de ser apreciados por el europeo[63]". En cuanto a esto, el zen no es más difícil para el europeo que Heráclito, Meister Eckhart o Heidegger. La dificultad está en el tremendo esfuerzo que se requiere para adquirir el *satori*; este esfuerzo es más de lo que la mayoría de la gente está dispuesta a realizar y por eso el *satori* es raro aun en Japón. No obstante, aunque no puedo hablar con autoridad del zen, la buena fortuna de haber leído los libros del doctor Suzuki, de haber oído muchas de sus conferencias y de haber leído todo lo que he encontrado sobre budismo zen, me ha dado cuando menos una idea aproximada de lo que constituye el zen, una idea que espero me permita hacer un intento de comparación entre el budismo zen y el psicoanálisis.

¿Cuál es el fin básico del zen? Para decirlo con las palabras de Suzuki: "El zen es, en esencia, el arte de ver dentro de la naturaleza del propio ser y señala el camino de la servidumbre a la libertad… Podemos decir que el zen libera todas las energías acumuladas propia y naturalmente en cada uno de nosotros, que en circunstancias ordinarias son constreñidas y deformadas de modo que no encuentran un canal adecuado para su actividad... El objeto del zen es, por tanto, salvarnos de la locura o la parálisis. A esto me refiero cuando hablo de libertad, de dar libre juego a todos los impulsos creadores y benevolentes que yacen en nuestro corazón. Por lo general, estamos ciegos ante este hecho: que estamos en posesión de todas las facultades necesarias para ser felices y que nos harán amarnos unos a otros[64]".

Encontramos en esta definición numerosos aspectos esenciales del zen que me gustaría subrayar: el zen es el arte de *ver dentro de la naturaleza del propio ser*; es un camino *de la servidumbre a la libertad*; *libera nuestras energías naturales; impide la locura o la parálisis*; y nos impulsa a expresar nuestra facultad para la *felicidad* y el *amor*.

El fin último del zen es la experiencia de la iluminación, llamada *satori*. El doctor Suzuki lo ha descrito en estas conferencias, y en sus otros escritos, lo mejor que es posible hacerlo. En estas observaciones me gustaría acentuar algunos aspectos que son de especial importancia para el lector occidental, y en especial para el psicólogo. *Satori* no es un estado de ánimo anormal; no es un trance en el que desaparezca la realidad. No es un estado de ánimo narcisista, como puede verse en algunas manifestaciones religiosas. "En todo caso, es un estado de ánimo perfectamente normal..." Como dijo

Joshu: "zen es nuestro pensamiento cotidiano", "todo depende del ajuste de la bisagra, para que la puerta abra hacia dentro a hacia fuera[65]". *Satori* tiene un efecto peculiar sobre la persona que lo experimenta. "Todas tus actividades mentales funcionarán ahora en un nivel diferente, que será más satisfactorio, más apacible, más pleno de gozo que todo lo que hayas experimentado antes. El tono de la vida se alterará. Hay algo rejuvenecedor en la posesión del zen. La flor de primavera parecerá más bonita y el arroyo en la montaña corre más fresco y más transparente[66]".

Es claro que el *satori* es la verdadera realización del estado de bienestar que el doctor Suzuki describió en el pasaje arriba citado. Si quisiéramos tratar de expresar la iluminación en términos psicológicos, yo diría que es un estado en el que la persona está completamente sintonizada con la realidad fuera y dentro de ella misma, un estado en el que está plenamente consciente de ella y la percibe con plenitud. *La persona* está consciente de esa realidad —es decir, no su cerebro, ni ninguna otra parte de su organismo, sino él, el hombre total. Tiene conciencia de *ella*; no como un objeto allí afuera que capta con su pensamiento, sino como de eso, de la flor, el perro, el hombre, en su plena realidad. El que despierta se abre y responde al mundo, y puede estar abierto y responder, porque ha renunciado a aferrarse a sí mismo como una cosa y así se ha quedado vacío y dispuesto a recibir. Estar iluminado significa "el pleno despertar de la personalidad total a la realidad".

Es muy importante entender que el estado de iluminación no es un estado de disociación ni de trance en el que uno *se cree* despierto, cuando está en realidad profundamente dormido. El psicólogo occidental, por supuesto, tenderá a creer que el *satori* no es sino un estado subjetivo, una especie de trance autoinducido y hasta un psicólogo tan simpatizador del zen como el doctor Jung no puede evitar el mismo error. Jung escribe: "La imaginación misma es una ocurrencia psíquica y, por tanto, no importa que una iluminación se llame real o imaginaria. El hombre que tiene la iluminación, o afirma tenerla, piensa en todo caso que está iluminado… Aunque mintiera, su mentira sería un hecho espiritual[67]".

Esto es parte, por supuesto, de la posición relativista general de Jung en relación con la "verdad" de la experiencia religiosa. Por el contrario, yo creo que una mentira no es jamás "un hecho espiritual", ni un hecho de ninguna especie, salvo el de ser una mentira. Pero cualesquiera que sean los méritos del caso, la posición de Jung no es compartida ciertamente por los budistas zen. Por el contrario, para ellos tiene una importancia crucial diferenciar entre la genuina experiencia del *satori*, en la que la adquisición de un nuevo punto de vista es real y, por tanto, verdadera, y una seudo experiencia que puede ser de naturaleza histérica o psicótica, en la que el discípulo del zen está convencido de haber obtenido el *satori*, mientras que el maestro zen tiene que advertirle que no ha sido así. Es precisamente una de las funciones del maestro zen el estar en guardia contra la confusión de su discípulo entre la iluminación real y la imaginaría.

El pleno despertar a la realidad significa, hablando otra vez en términos psicológicos, haber alcanzado una "orientación plenamente productiva". Esto significa no relacionarse uno mismo con el mundo receptivamente, con un sentido de explotación, de atesoramiento o con un sentido mercantil, sino creadora, activamente (en el sentido de Spinoza). En el estado de plena productividad no hay velos que me separen del "no yo". El objeto deja de ser un objeto; no se me opone, sino que está conmigo. La rosa que veo no es un objeto para mi pensamiento, de tal manera que cuando digo "veo una rosa" sólo afirmo que el objeto, una rosa, cae dentro de la categoría "rosa", sino de manera que "una rosa es una rosa es una rosa". El estado de productividad es, al mismo tiempo, el estado de más alta objetividad; veo el objeto sin distorsiones debidas a mi codicia ni a mi miedo. Lo veo tal como es, no tal como deseo que sea o no sea. En este modo de percepción no hay distorsiones paratáxicas. Hay una cualidad vital completa y la síntesis es de subjetividad-objetividad. Yo experimento intensamente —sin embargo, el objeto sigue siendo lo que es. Lo hago vivir —y él me hace vivir. *Satori* parece

misterioso sólo a la persona que no tiene conciencia del grado en que su percepción del mundo es puramente mental, a paratáxica. Si tenemos conciencia de ello, también tenemos conciencia de una conciencia distinta, que puede llamarse también una conciencia plenamente realista. Puede que sólo hayamos experimentado destellos de esto —y, sin embargo, podemos imaginar lo que es. Un niño que estudia piano no toca como un gran maestro. Sin embargo, la manera de tocar del maestro no es nada misteriosa; es sólo la perfección de la experiencia rudimentaria del niño.

El hecho de que la percepción no deformada y no cerebral de la realidad es un elemento esencial de la experiencia zen, se expresa claramente en dos relatos. Uno es la historia de la conversación de un maestro con un monje:

"—¿Haces alguna vez un esfuerzo por disciplinarte en la verdad?"

"—Si."

"—¿Cómo te ejercitas?"

"—Cuando tengo hambre como, cuando estoy cansado duermo."

"—Es lo que todo el mundo hace; ¿puede decirse que ellos se ejercitan de la misma manera que tú?"

"—No."

"—¿Por qué?"

"—Porque cuando comen no comen, sino que piensan en otras muchas cosas, distrayéndose; cuando duermen no duermen, sino que sueñan mil cosas. Por eso no se parecen a mi[68]".

El relato apenas necesita explicación. La persona media, impulsada por la inseguridad, la codicia, el temor, está constantemente inmersa en un mundo de fantasías (sin tener necesariamente conciencia de ello) en el que viste al mundo con cualidades que proyecta dentro de el, pero que no están ahí. Esto era cierto en la etapa en que se produjo esta conversación; cuánto más cierto resulta ahora, cuando casi todo el mundo ve, siente y gusta con sus ideas, más que con aquellas facultades dentro de sí misma que pueden ver, oír, sentir y gustar.

La otra declaración, igualmente reveladora, es la de un maestro zen que decía: "Antes de la iluminación, los ríos eran ríos y las montañas eran montañas. Cuando empecé a experimentar la iluminación, los ríos dejaron de ser ríos y las montañas dejaron de ser montañas. Ahora, desde que estoy iluminado, los ríos vuelven a ser ríos y las montañas son montañas." Vemos una vez más el nuevo enfoque de la realidad. La persona media es como el hombre de la caverna de Platón, que sólo ve las sombras y las confunde con la sustancia. Una vez que ha reconocido este error, sabe únicamente que las sombras *no* son la sustancia. Pero cuando se ilumina, ha abandonado la caverna y su oscuridad por la luz: allí ve la sustancia y no las sombras. Está despierto.

Mientras está en la oscuridad, no puede entender la luz (como dice la Biblia: "Y la luz en las tinieblas resplandece, mas las tinieblas no la comprendieron."). Una vez que sale de la oscuridad, entiende la diferencia entre cómo veía el mundo como sombras y cómo lo ve ahora, como realidad.

El zen tiende al conocimiento de la propia naturaleza. Busca el "conocerse a si mismo". Pero este conocimiento no es el conocimiento "científico" del psicólogo moderno, el conocimiento del conocedor-intelecto que se conoce a sí mismo como objeto; el conocimiento del yo en el zen es un conocimiento no intelectual, no enajenado, es la plena experiencia en la que el conocedor y lo conocido se vuelven uno solo. Como ha dicho Suzuki: "La idea básica del zen es entrar en contacto con los funcionamientos interiores del propio ser, y hacerlo de la manera más directa posible, sin recurrir a nada extremo ni sobreañadido[69]".

Esta visión de la propia naturaleza no es una visión intelectual, externa, sino una visión experimentada, desde adentro como si dijéramos. Esta diferencia entre el conocimiento intelectual y el conocimiento obtenido por la experiencia es de importancia central para el zen y, al mismo tiempo,

constituye una de las dificultades básicas con que tropieza el estudioso occidental cuando trata de entender el zen. Occidente, durante dos mil años (y con muy pocas excepciones, como los místicos) ha creído que puede darse a través del *pensamiento* una respuesta definitiva al problema de la existencia; la "respuesta correcta" en religión y en filosofía es de fundamental importancia. Esta insistencia preparó el camino al florecimiento de las ciencias naturales. Aquí el pensamiento correcto, aunque no da una respuesta final al problema de la existencia, es inherente al método y necesario a la aplicación del pensamiento a la práctica, es decir, a la técnica. El zen, por otra parte, se basa en la premisa de que la respuesta última a la vida no puede darse en el pensamiento. "La rutina intelectual del 'sí' y el 'no' es muy cómoda cuando las cosas siguen su curso regular; pero tan pronto como surge la cuestión última de la vida, el intelecto no logra responder satisfactoriamente[70]".

Por esta misma razón, la experiencia del *satori* nunca puede expresarse intelectualmente. Es "una experiencia que ninguna medida de explicación ni argumentación puede hacer comunicable a otros, a no ser que ellos mismos la hayan tenido previamente. Si el *satori* puede reducirse al análisis en el sentido de que, al hacerlo, resulta perfectamente claro para otro que nunca lo ha experimentado, ese *satori* no será el *satori*. Porque un *satori* convertido en concepto deja de serlo; y dejará de ser una experiencia zen[71]".

No es sólo que la respuesta final a la vida no puede ser dada mediante ninguna formulación intelectual; para lograr la iluminación, hay que rechazar todas las elaboraciones de la mente que impiden la verdadera visión. "Zen quiere que la propia mente sea libre y sin obstrucciones; hasta la idea de unidad y totalidad es un obstáculo y un lazo que estrangula y que amenaza la libertad original del espíritu[72]". En consecuencia, el concepto de participación o empatía, tan acentuado por los psicólogos occidentales, no es aceptable para el pensamiento zen. "La idea de participación o empatía es una interpretación intelectual de la experiencia primaria, mientras que, por lo que se refiere a la experiencia misma, no hay lugar para ningún tipo de dicotomía. El intelecto, sin embargo, se impone y rompe la experiencia para reducirla a un tratamiento intelectual, que significa una separación o bifurcación. El sentimiento original de identidad se pierde entonces y el intelecto puede hacer pedazos la realidad a su manera característica. La participación o empatía es el resultado de la intelectualización. El filósofo que no tiene una experiencia original puede caer en ella[73]".

No sólo el intelecto, sino cualquier concepto o imagen impuestos por una autoridad previa restringen la espontaneidad de la experiencia; así el zen "no atribuye importancia intrínseca a los *sutras* sagrados, ni a su exégesis por los sabios e ilustrados. La experiencia personal actúa vigorosamente contra la autoridad y la revelación objetiva...[74]". En el zen, no se niega a Dios ni se insiste en Él. "El zen pretende la libertad absoluta, hasta en relación con Dios[75]". Quiere la misma libertad, inclusive, en relación con Buda; de ahí el dicho zen: "Lávate la boca cuando pronuncies la palabra Buda."

De acuerdo con la actitud zen hacia la visión intelectual, su fin de enseñar no es, como en Occidente, una creciente sutileza del pensamiento lógico, sino que su método "consiste en ponerlo a uno en un dilema, del cual debe tratarse de escapar no a través de la lógica sino a través de un espíritu elevado[76]". En consecuencia, el maestro no es un maestro en el sentido occidental. Es un maestro, en tanto que ha dominado su propio espíritu, y por ello es capaz de comunicar al discípulo la única cosa que puede ser comunicada: su existencia. "A pesar de todo lo que puede hacer el maestro, es incapaz de hacer que el discípulo se apodere de la cosa, a no ser que éste esté plenamente preparado para ello... La captación de la realidad última debe ser hecha por uno mismo[77]".

La actitud del maestro zen hacia su discípulo es desorientadora para el lector occidental moderno quien se ve apresado en la alternativa entre una autoridad irracional que limita la libertad y explota su

objeto y una ausencia de toda autoridad, un *laissez-faire*. El zen representa otra forma de autoridad, la de la "autoridad racional". El maestro no busca al discípulo; no quiere nada de él, ni siquiera que logre la iluminación; el discípulo viene por su propia voluntad y se va por su propia voluntad. Pero en la medida en que quiere aprender del maestro, hay que reconocer el hecho de que el maestro es un maestro, es decir, que el maestro sabe lo que el discípulo quiere saber y no sabe todavía. Para el maestro "no hay nada que explicar mediante palabras, no hay nada que pueda enseñarse como una doctrina sagrada. Treinta golpes ya sea que afirmes o niegues. No permanezcas en silencio, ni seas discursivo[78]". El maestro zen se caracteriza, al mismo tiempo, por la absoluta falta de autoridad irracional y por la afirmación igualmente vigorosa de esa autoridad que nada demanda, cuya fuente es la experiencia auténtica.

El zen no puede entenderse si no se toma en consideración la idea que el alcanzar la verdad está indisolublemente ligado a un cambio de carácter. Aquí el zen se atraiga en el pensamiento budista, para el que la transformación del carácter es una condición de la salvación. Deben abandonarse la codicia de posesión y todas las demás codicias, el amor propio y la auto-glorificación. La actitud hacia el pasado es de gratitud, hacia el presente de servicio y hacia el futuro de responsabilidad. Vivir en el zen "significa tratarse a sí mismo y al mundo con la actitud más apreciativa y reverente", actitud que es la base de la "virtud secreta, un rasgo muy característico de la disciplina zen. Significa no malgastar los recursos naturales; significa hacer pleno uso, económico y moral, de todo lo que se presenta."

Como fin positivo, el objetivo ético del zen es lograr la "plena seguridad y falta de temor", ir de la servidumbre a la libertad. "El zen es una cuestión de carácter y no de entendimiento, lo que significa que el zen emana de la voluntad como primer principio de la vida[79]".

VI. Des-represión e iluminación

¿Qué se desprende de nuestro examen del psicoanálisis[80] y del zen en cuanto a la relación entre ambos?

El lector debe haber advertido ya el hecho de que el supuesto de la incompatibilidad entre el budismo zen y el psicoanálisis sólo es el resultado de una visión superficial de ambos. Por el contrario, la afinidad entre ambos parece ser mucho más notable. Este parágrafo se dedicará a una elucidación detallada de esta afinidad.

Empecemos con las afirmaciones del doctor Suzuki, citadas anteriormente, sobre la finalidad del zen. “El zen, en esencia, es el arte de ver dentro de la naturaleza del propio ser y señala el camino de la servidumbre a la libertad... Podemos decir que el zen libera todas las energías acumuladas propia y naturalmente en cada uno de nosotros, que en circunstancias ordinarias son constreñidas y deformadas de modo que no encuentran un canal adecuado para su actividad... El objeto del zen, es por tanto, salvarnos de la locura o la parálisis. A esto me refiero cuando hablo de libertad, de dar libre juego a todos los impulsos creadores y benevolentes que yacen en nuestro corazón. Por lo general, estamos ciegos ante este hecho: que estamos en posesión de todas las facultades necesarias para ser felices y que nos harán amarnos unos a otros.”

Esta descripción de la finalidad del zen podría aplicarse sin modificaciones como una descripción de lo que el psicoanálisis aspira a realizar; visión dentro de la propia naturaleza, realización de la libertad, felicidad y amor, liberación de la energía, salvación de la locura o la parálisis.

Esta última afirmación, la de que nos enfrentamos a la alternativa entre la iluminación y la locura, puede sonar sorprendente, pero en mi opinión surge de hechos observables. Mientras que la psiquiatría se preocupa de la cuestión de por qué *algunas* personas se vuelven locas, el problema real es por qué la *mayoría* de la gente no se vuelve loca. Considerando la posición del hombre en el mundo, su separación, soledad, impotencia y su conciencia de ello, podría esperarse que esta carga fuera más de lo que puede soportar, de tal manera que, literalmente, “se desintegraría” bajo la tensión. La mayoría de la gente evita este resultado mediante mecanismos compensatorios como la rutina dominante de la vida, la conformidad con el rebaño, la búsqueda del poder, el prestigio y el dinero, la dependencia de los ídolos —compartida con otros en cultos religiosos— una vida masoquista marcada por el autosacrificio, la inflación narcisista: en resumen, la parálisis. Todos estos mecanismos compensatorios pueden mantener la salud mental, suponiendo que funcionen, hasta cierto punto. La única solución fundamental que realmente supera la locura potencial es la respuesta plena, productiva al mundo que, en su forma más elevada, es la iluminación.

Antes de llegar al problema central de la relación entre el psicoanálisis y el zen quiero considerar algunas otras afinidades más periféricas:

> La primera que debemos mencionar es la orientación ética común al zen y al psicoanálisis. Una condición para lograr el fin del zen es la superación de la codicia, ya sea la codicia de la posesión o de la gloria, o cualquier otra forma de codicia (“codicia” en el sentido del Antiguo Testamento). Este es, precisamente, el fin del psicoanálisis. En su teoría de la evolución de la libido del nivel oral receptivo, a través del oral sadista, el anal, al nivel genital, Freud afirmó implícitamente que el carácter sano se desarrolla de lo codicioso, cruel, ruin hacia una orientación activa, independiente. En mi propia terminología, que sigue las observaciones clínicas de Freud, he hecho más explícito este elemento de valor hablando de la evolución de lo receptivo, a través de la actitud de explotación, de atesoramiento, de mercado, hacia la orientación productiva[81]. Cualquiera que sea la

terminología que se emplee, el punto esencial es que, en la concepción psicoanalítica, la codicia es un fenómeno patológico; existe cuando una persona no ha desarrollado sus capacidades activas, productivas. Sin embargo, ni el psicoanálisis ni el zen son *primordialmente* sistemas éticos. La finalidad del zen trasciende la meta de la conducta ética y lo mismo sucede con el psicoanálisis. Podría decirse que ambos sistemas suponen que la realización de su fin trae consigo una transformación ética, la superación de la codicia y la capacidad de amor y compasión. No tienden a hacer que un hombre lleve una vida virtuosa mediante la supresión del deseo "malo", sino que esperan que el mal deseo se desvanezca y desaparezca bajo la luz y el calor de la conciencia ampliada. Pero cualquiera que sea la relación causal entre la iluminación y la transformación ética, seria un error fundamental creer que la finalidad del zen puede separarse de la finalidad de superar la codicia, la autoglorificación y la locura o que el *satori* puede realizarse sin lograr la humildad, el amor y la compasión. Sería igualmente un error suponer que el fin del psicoanálisis se logra si no se produce una transformación semejante en el carácter de la persona. Una persona que ha alcanzado el nivel productivo no es codiciosa y, al mismo tiempo, ha superado su grandiosidad y las ficciones de omnisciencia y omnipotencia; es humilde y se ve tal como es. Tanto el zen como el psicoanálisis tienden a algo que trasciende a la ética y, sin embargo, su fin no puede realizarse si no se produce una transformación ética.

Otro elemento común a ambos sistemas es su insistencia en la independencia frente a cualquier tipo de autoridad. Esta es la principal razón de Freud para criticar a la religión. Consideraba como esencia de la religión la ilusión de sustituir con la dependencia respecto a Dios la dependencia original respecto a un padre que ayuda y castiga. La fe en Dios prolonga, según Freud, la dependencia infantil, en vez de madurar, lo que significa confiar sólo en su propia fuerza. ¿Qué habría dicho Freud a una "religión" que afirma: "¡Cuando hayas mencionado el nombre de Buda, lávate la bocal" ¿Qué habría dicho a una religión en la que no hay Dios, ni autoridad irracional de ningún tipo, cuya meta principal es precisamente la de liberar al hombre de toda dependencia, activándolo, mostrándole que él, y nadie más, tiene la responsabilidad de su destino?

No obstante, podría preguntarse ¿no contradice esta actitud antiautoritaria la importancia de la persona del maestro en el *zen* y del analista en el psicoanálisis? Una vez más, esta cuestión señala un elemento en que existe una profunda relación entre el zen y el psicoanálisis. En ambos sistemas se necesita un guía, alguien que haya pasado por la experiencia que el paciente (el discípulo) a su cuidado debe atravesar. ¿Significa esto que el discípulo se vuelva dependiente del maestro (o del psicoanalista) y que, en consecuencia, las palabras del maestro constituyan para él la verdad? Sin duda, los psicoanalistas se enfrentan al *hecho* de esta dependencia (transferencia) y reconocen la poderosa influencia que puede tener. Pero la finalidad del psicoanálisis es entender y eventualmente disolver este lazo y, en vez de ello, llevar al paciente a un punto en que adquiera plena libertad frente al analista, porque ha experimentado en sí mismo lo que era inconsciente y lo reintegra a su conciencia. El maestro zen —y lo mismo puede decirse del psicoanalista— sabe más y por eso puede tener convicción en su juicio, pero esto no significa en absoluto que imponga su juicio al discípulo. No ha llamado al discípulo y no le impide que lo abandone. Si el discípulo viene a él voluntariamente y quiere su guía para emprender el difícil camino hacia la iluminación, el maestro está dispuesto a guiarlo, pero sólo con una condición: que el discípulo entienda que, por mucho que el maestro quiera ayudarlo, el discípulo debe tener la responsabilidad de sí mismo. Ninguno de nosotros puede salvar el alma de nadie. Sólo

podemos salvarnos a nosotros mismos. Lo único que puede hacer el maestro es desempeñar el papel de una partera, de un guía en las montañas. Como dijo un maestro: “Realmente no tengo nada que impartirte y si trato de hacerlo, tendrías ocasión de ridiculizarme. Además, lo que yo pueda decirte es mío y nunca puede ser tuyo.”

Una ilustración muy notable y concreta de la actitud del maestro zen se encuentra en el libro de Herrigel sobre el arte de la arquería[82]. El maestro zen insiste en su autoridad racional, es decir, que sabe mejor cómo alcanzar el arte de la arquería y, por tanto, debe acentuar determinada manera de aprenderlo, pero no adquiere ninguna autoridad irracional, ningún poder sobre el discípulo ni la dependencia continuada del discípulo en relación con el maestro. Por el contrario, una vez que el discípulo se ha convertido a su vez en maestro, sigue su propio camino y todo lo que el maestro espera de él es un retrato que le muestre, cada cierto tiempo, cómo va el discípulo. Podría decirse que el maestro zen ama a sus discípulos. Su amor es realista y maduro, consiste en hacer todos los esfuerzos por ayudar al discípulo a realizar su fin, sabiendo sin embargo que nada de lo que haga el maestro puede resolver el problema *para* el discípulo, puede lograr para él ese fin. Este amor del maestro zen no es sentimental, es un amor realista, un amor que acepta la realidad del destino humano en el que ninguno de nosotros puede salvar al otro y, sin embargo, en el que no podemos dejar de hacer todos los esfuerzos por ayudar a otro a salvarse a sí mismo. Cualquier amor que no conozca esta limitación y pretenda ser capaz de “salvar” otra alma es un amor que no se ha desprendido de la grandiosidad y la ambición.

No hacen falta otras pruebas de que lo que se ha dicho del maestro zen es válido en principio (o debería serlo) pata el psicoanalista. Freud consideraba que la independencia del paciente en relación con el analista podía establecerse mediante una actitud impersonal, de espejo, por parte del analista. Pero otros analistas como Ferenczi, Sullivan, yo mismo y otros, que acentuamos la necesidad de una relación entre analista y paciente como condición para la comprensión esta tan absolutamente de acuerdo en que esta relación debe estar libre de todo sentimentalismo, de deformaciones poco realistas y, en especial, de cualquier interferencia —hasta la más sutil e indirecta— del analista en la vida del paciente, aún la demanda de que el paciente se ponga bien. Si el paciente quiere curarse y cambiar, es muy bueno, y el analista está dispuesto a ayudarlo. Si su resistencia a cambiar es demasiado grande, no se debe a la responsabilidad del analista. Su responsabilidad está en prestar lo mejor de su conocimiento y de su esfuerzo, en darse al paciente en la búsqueda del fin para cuya realización lo ha buscado el paciente.

En relación con la actitud del analista, hay otra afinidad entre el budismo zen y el psicoanálisis. El método de “enseñar” del zen es arrinconar al discípulo, como si dijéramos. El *koan* hace imposible que el discípulo busque refugio en el pensamiento intelectual; el *koan* es como una barrera que hace imposible la escapatoria. El analista hace —o debería hacer— algo semejante. Debe evitar el error de dar al paciente interpretaciones y explicaciones que sólo le impiden dar el salto del pensamiento a la experiencia. Por el contrario, debe eliminar una racionalización tras otra, una muleta tras otra, hasta que el paciente no pueda seguir escapando y, en vez de ello, atraviese las ficciones que llenan su mente y experimente la realidad —es decir, cobre conciencia de algo de lo que antes no había tenido conciencia. Este proceso produce con frecuencia mucha angustia y algunas veces tal angustia impediría romper con las ficciones, si no fuera por la presencia tranquilizadora del analista. Pero la tranquilidad viene de que “está ahí”, no de palabras que tienden a inhibir al paciente y a impedir que experimente lo que sólo él puede experimentar.

Nuestro análisis se ha referido hasta ahora a puntos tangenciales de semejanza o afinidad entre el budismo zen y el psicoanálisis. Pero la comparación no puede ser satisfactoria si no se refiere claramente al punto principal del zen, que es la iluminación, y al punto principal del psicoanálisis, que

es la superación de la represión, la transformación del inconsciente en consciente.

Resumamos lo que se ha dicho acerca de este problema por lo que se refiere al psicoanálisis. El fin del psicoanálisis es hacer consciente el inconsciente. Sin embargo, hablar "del" consciente y "el" inconsciente significa tornar las palabras por realidades. Debemos atenemos al hecho de que el consciente y el inconsciente se refieren a funciones, no a lugares ni contenidos. Con propiedad, sólo podemos hablar de estados de diversos grados de represión, es decir, un estado en que sólo se permite que entren en la conciencia aquellas experiencias que pueden penetrar a través del filtro social del lenguaje, la lógica y el contenido. En la medida en que puedo librarme de este filtro y puedo experimentarme como el hombre universal, es decir, en la medida en que disminuye la represión, estoy en contacto con las fuentes más profundas dentro de mí mismo y esto significa que estoy en contacto con toda la humanidad. Si se ha suprimido toda la represión, no hay más inconsciente frente a lo consciente; hay una experiencia directa, inmediata; en tanto que no soy un extraño para mí mismo, nada ni nadie es un extraño para mí. Además, en el grado en que una parte de mí se enajena de mí mismo, y mi "inconsciente" se separa de mi conciencia (es decir, que yo, el hombre total, estoy separado de mí, el hombre social), mi captación del mundo se falsifica de distintas maneras. Primero, en forma de distorsiones paratáxicas (transferencia); experimento a la otra persona no con mi ser total, sino con mi ser dividido, infantil, y así otra persona es experimentada como una persona importante de la propia infancia y no como la persona que realmente es.

En segundo lugar, el hombre en el estado de represión experimenta al mundo con una falsa conciencia. No ve lo que existe, sino que pone la imagen de su pensamiento en las cosas y las ve a la luz de sus imágenes pensadas y fantasías, más que en su realidad. Es la imagen pensada, el velo deformador, lo que crea sus pasiones, sus ansiedades. Finalmente, el hombre reprimido, en vez de experimentar las cosas y las personas, experimenta por *cerebración.* Está bajo la ilusión de estar en contacto con el *mundo,* mientras que sólo está en contacto con *palabras.* La distorsión, la falsa conciencia y la cerebración, no son maneras estrictamente distintas de irrealidad; son más bien aspectos distintos y a la vez coincidentes del mismo fenómeno de irrealidad que existe mientras el hombre universal está separado del hombre social. Sólo describimos el mismo fenómeno de una manera distinta diciendo que la persona que vive en el estado de represión es la persona enajenada. Proyecta sus propios sentimientos e ideas en objetos y no se experimenta a sí mismo como el sujeto de sus sentimientos, sino que es dominado por los objetos que están cargados con sus sentimientos.

Lo opuesto de la experiencia enajenada, distorsionada, paratáxica, falsa, cerebralizada, es la captación inmediata, directa, total del mundo que vemos en el niño, antes de que la fuerza de la educación cambie esta forma de experiencia. Para el niño recién nacido no hay todavía una separación entre el yo y el no-yo. Esta separación se produce gradualmente y la realización final se expresa por el hecho que el niño puede decir "Yo". Pero todavía la captación del mundo por el niño sigue siendo relativamente inmediata y directa. Cuando el niño juega con una pelota, ve realmente cómo se mueve la pelota, está plenamente *en* esta experiencia y por eso es una experiencia que puede repetirse interminablemente y con la misma alegría. El adulto cree también que ve la pelota que rueda. Esto es cierto, por supuesto, en tanto que ve el objeto-pelota rodando en el objeto-suelo. Pero no *ve* realmente cómo rueda. *Piensa a* la pelota rodando en la superficie. Cuando dice "la pelota rueda", confirma en realidad sólo: *a*) su conocimiento de que el objeto redondo en cuestión se llama pelota y *b*) su conocimiento de que los objetos redondos ruedan sobre una superficie lisa cuando se les impulsa. Sus ojos operan con el fin de probar su conocimiento, dándole seguridad en el mundo.

El estado de no represión es un estado en el que se adquiere nuevamente la visión inmediata, no deformada de la realidad, la simpleza y la espontaneidad del niño; no obstante, después de haber atravesado el proceso de enajenación, de desarrollo del propio intelecto, la no represión es una vuelta a la inocencia en un nivel superior; esta vuelta a la inocencia es posible sólo después de haber perdida

la propia inocencia.

Toda esta idea ha encontrado una expresión clara en el Antiguo Testamento, en la historia de la Caída y en el concepto profético del Mesías. El hombre, en la historia bíblica, se encuentra en un estado de unidad indiferenciada en el Jardín del Edén. No hay conciencia, no hay diferenciación, no hay opción, no hay libertad, no hay pecado. Es parte de la naturaleza, y no tiene conciencia de ninguna distancia entre él mismo y la naturaleza. Este estado de unidad primordial, pre-individual, es quebrantado por el primer acto de opción, que es al mismo tiempo el primer acto de desobediencia y de libertad. El acto produce el surgimiento de la conciencia. El hombre tiene conciencia de sí mismo como él, de su separación de Eva la mujer y de la naturaleza, los animales y la tierra. Cuando experimenta esta separación siente vergüenza —como todos sentimos todavía vergüenza (aunque inconscientemente) cuando experimentamos la separación de nuestros semejantes. Abandona el Jardín del Edén, y éste es el principio de la historia humana. No puede volver al estado original de armonía y, sin embargo, puede esforzarse por alcanzar un nuevo estado de armonía desarrollando su razón, su objetividad, su conciencia y su amor plenamente, de modo que, como lo expresan los profetas, la "tierra será llena del conocimiento de Dios, como las aguas cubren la mar."

La historia, en la concepción mesiánica, es el sitio en el que se producirá este desarrollo de la armonía pre-individual, preconsciente a una nueva armonía, una armonía basada en la conclusión y perfección del desarrollo de la razón. Este nuevo estado de armonía se llama la época mesiánica, en la que el conflicto entre el hombre y la naturaleza, el hombre y el hombre, habrá desaparecido, en la que el desierto se convertirá en valle fructífero, en la que el cordero y el lobo morarán juntos, y las espadas se transformarán *en* rejas de arado. La época mesiánica es la época del Jardín del Edén, y sin embargo, es su opuesto. Es la unidad, la inmediatez, la totalidad, pero del hombre plenamente desarrollado que ha vuelto a ser niño y, sin embargo, ha dejado de serlo.

La misma idea se expresa en el Nuevo Testamento: "De cierto os digo, que cualquiera que no recibiere el Reino de Dios como un niño, no entrará en él[83]". El significado es claro: tenernos que volver a ser niños, a experimentar la visión des-enajenada, creadora del mundo; pero al volver a ser niños, al mismo tiempo, no somos niños sino adultos plenamente desarrollados. Tenemos entonces la experiencia que el Nuevo Testamento describe así: "Ahora vemos por espejo, en oscuridad; mas entonces veremos cara a cara: ahora conozco en parte; mas entonces conoceré como soy conocido[84]".

"Cobrar conciencia del inconsciente" significa superar la represión y la enajenación de mí mismo y, por tanto, del extraño. Significa despertar, descartar las ilusiones, las ficciones, las mentiras, ver la realidad tal como es. El hombre que despierta es el hombre liberado, el hombre cuya libertad no puede ser restringida ni por los demás ni por él mismo. El proceso de cobrar conciencia de aquello de lo que no se tenía conciencia constituye la revolución interior del hombre. Es el verdadero despertar que está en la raíz del pensamiento intelectual creador y de la visión intuitiva inmediata. Mentir sólo es posible en un estado de enajenación, en el que la realidad no se experimenta salvo corno pensamiento. En el estado de apertura a la realidad que existe al despertar, mentir es imposible porque la mentira se desvanecería bajo la fuerza de la experiencia plena. En último análisis, hacer consciente el inconsciente significa vivir en la verdad. La realidad ha dejado de estar enajenada; estoy abierto a ella; dejo que sea; por eso mis respuestas a ella son "verdaderas". El último análisis, hacer consciente el inconsciente significa vivir en la verdad. La realidad ha dejado de estar enajenada; estoy abierto a ella; dejo que sea; por eso mis respuestas a ella son "verdaderas".

Este fin de la captación inmediata, plena del mundo es el objetivo del zen. Como el doctor Suzuki ha escrito un capítulo sobre el inconsciente en este libro, puedo referirme a su exposición y tratar así de aclarar más la relación entre los conceptos psicoanalíticos y los conceptos zen.

En primer lugar, me gustaría señalar una vez más la dificultad terminológica que, a mí parecer,

complica innecesariamente las cosas; el uso de *la* conciencia y *el* inconsciente en vez del término funcional de mayor o menor conocimiento de la experiencia en el hombre total. Creo que, si liberáramos nuestra exposición de esos obstáculos terminológicos, podríamos reconocer más fácilmente la relación entre el verdadero significado de volver consciente el inconsciente y la idea de iluminación.

"El método zen consiste en penetrar directamente en el objeto mismo y verlo, como si dijéramos, desde dentro[85]". Esta captación inmediata de la realidad "puede llamarse también de connación o creadora[86]". Suzuki habla entonces de esta fuente de capacidad creadora como "el inconsciente del zen" y sigue diciendo que "el inconsciente es algo que debe sentirse, no en el sentido ordinario, sino en lo que yo llamaría el sentido más primario o fundamental[87]". La formulación habla aquí del inconsciente como de un campo dentro de la personalidad, que la trasciende y, como sigue diciendo Suzuki, "el sentimiento del inconsciente es… mucho más básico (y) primario[88]". Traduciéndolo a términos funcionales, no hablaría de sentir "el" inconsciente, sino más bien de tener conciencia de un área más profunda y no convencionalizada de experiencia o, para decirlo de otra manera, de disminuir el grado de represión, reduciendo así la deformación paratáxica, las proyecciones de imágenes y la cerebración de la realidad. Suzuki dice que el hombre dedicado al zen está "en comunión directa con el gran inconsciente[89]".

Yo preferiría formularlo así: tener conciencia de su propia realidad y de la realidad del mundo en su plena profundidad y sin velos. Poco después, Suzuki emplea el mismo lenguaje funcional cuando afirma: "En realidad, [el inconsciente] es, por el contrario, lo que nos resulta *más*íntimo y precisamente por esta intimidad resulta difícil captarlo, de la misma manera que el ojo no puede verse a sí mismo. *Cobrar conciencia, pues, del inconsciente requiere un entrenamiento especial por parte de la conciencia*[90]".

Aquí Suzuki opta por una formulación que sería exactamente la escogida desde el punto de vista psicoanalítico: la finalidad es cobrar conciencia del inconsciente y, para lograrlo, hace falta cierto entrenamiento por parte de la conciencia. ¿Implica esto que el zen y el psicoanálisis tienen el mismo fin y que difieren sólo en el entrenamiento de la conciencia que han desarrollado?

Antes de volver sobre este punto, me gustaría analizar algunos otros que necesitan aclararse.

El doctor Suzuki, en su análisis, se refiere al mismo problema que mencioné más arriba en el examen del concepto psicoanalítico, el del conocimiento frente al estado de inocencia. Lo que se llama en término bíblicos la pérdida de la inocencia, por la adquisición del conocimiento, se llama en el zen y en el budismo en general la "contaminación afectiva (*klesha*)" o la "interferencia de la mente consciente con predominio de la intelección (*vijñana*)." El término intelección plantea un problema muy importante. ¿Es la intelección lo mismo que la conciencia? En este caso, hacer del inconsciente consciente, implicaría acrecentar la intelección y conduciría a un fin precisamente opuesto al del zen. Si esto fuera así, el fin del psicoanálisis y del zen serían diametralmente opuestos, tendiendo el uno a una mayor intelección y el otro a superar la intelección.

Hay que reconocer que Freud, en los primeros años de su obra, cuando todavía creía que la información dada al paciente por el psicoanalista bastaba para curarlo, tenía una concepción de la intelección como meta del psicoanálisis; hay que reconocer además que en la práctica muchos analistas no han salido todavía de esta concepción de la intelección y que Freud nunca se expresó con plena claridad sobre la diferencia entre intelección y la experiencia afectiva, total, que se produce en el genuino trabajo psicoanalítico". No obstante, es precisamente esta visión experimental y no intelectual la que constituye el fin del psicoanálisis. Tal como lo afirmé antes, tener conciencia de mi respiración no significa *pensar en* mi respiración. Por el contrario, cuando pienso en mi respiración o

en el movimiento de mi mano, no tengo yo conciencia de mi respiración ni del movimiento de mi mano. La mismo es válido de mi conciencia de una flor o una persona, de mi experiencia de la alegría, el amor o la paz. Es característico de toda verdadera visión en el psicoanálisis que no pueda formularse un pensamiento, mientras que es característico de todo mal análisis que la "visión" se formule en teorías complicadas que no tienen nada que ver can la experiencia inmediata. La auténtica visión psicoanalítica es súbita, sobreviene sin ser forzada, ni siquiera premeditada. Comienza no en el cerebro sino, para utilizar una imagen japonesa, en el vientre. No puede formularse adecuadamente en palabras y se escapa si tratamos de hacerlo; no obstante, es real y consciente, y deja a la persona que la experimenta como una persona cambiada.

La captación inmediata del mundo por el niño es anterior al pleno desarrollo de la conciencia la objetividad y un sentido de realidad como distintivos del yo. En este estado el inconsciente es instintivo, no va más allá del de los animales o los niños. No puede ser el del hombre maduro[91].

Durante el paso del inconsciente primitivo a la conciencia de sí, el mundo es experimentado como un mundo enajenado sobre la base de la separación entre sujeto y objeto, de la separación entre el hombre universal y el hombre social, entre el inconsciente y la conciencia. Sin embargo, en el grado en que la conciencia esta adiestrada para abrirse, para suprimir el triple filtro, desaparece la discrepancia entre la conciencia y el inconsciente. Una vez que ha desaparecido plenamente, hay una experiencia directa, no refleja, consciente, justo el tipo de experiencia que existe sin intelección ni reflexión. Este conocimiento es lo que Spinoza llamó la forma superior de conocimiento, la *intuición*; el conocimiento que Suzuki describe como el método que consiste en penetrar directamente en el objeto mismo y verlo, como si dijéramos, desde dentro"; es la manera de connación o creadora de ver la realidad. En esta experiencia de la captación inmediata, no refleja, el hombre se convierte en "el artista creador de la vida", que todos somos y, sin embargo, hemos olvidado que somos. "Para esa persona (artista creador de la vida), cada uno de sus actos expresa originalidad, capacidad creadora, su personalidad viva. No hay en ello convencionalismo, conformidad, ni motivación inhibitoria… No tiene un yo encasillado en su existencia fragmentaria, limitada, restringida, egocéntrica. Ha salido de su prisión[92].

El "hombre maduro", si se ha limpiado de la "contaminación afectiva" y de la interferencia intelectual, puede realizar "una vida de libertad y espontaneidad donde no puedan asaltarlo sentimientos perturbadores cómo el temor, la angustia o la inseguridad[93]". Lo que dice Suzuki de la función liberadora de esta realización, es en verdad, lo que desde el punto de vista psicoanalítico se diría del efecto esperado de la plena visión.

Queda una discusión de terminología que quiero mencionar sólo brevemente, porque como todas las cuestiones terminológicas, no es de gran importancia. Mencioné antes que Suzuki habla del entrenamiento de la conciencia; pero en otras partes habla del "*inconsciente adiestrado* en el que todas las experiencias conscientes por las que ha atravesado desde la infancia son incorporadas como constituyentes de todo su ser[94]". Podría encontrarse una contradicción en el uso, una vez, de la "conciencia adiestrada" y, en otro momento, del "inconsciente adiestrado". Pero no creo que nos encontremos aquí, en absoluto, con una contradicción. En el proceso de hacer consciente el inconsciente, de llegar a la plena realidad, no refleja, de la experiencia, tanto la conciencia como el inconsciente deben ser adiestrados. La conciencia debe sur adiestrada para disminuir su dependencia del filtro convencional, mientras que el inconsciente debe ser adiestrado para salir de su existencia secreta, separada, a la luz. Pero en realidad, hablar del entrenamiento de la conciencia y del inconsciente significa emplear metáforas. Ni el inconsciente ni la conciencia deben ser adiestrados (porque no hay ni una conciencia ni un inconsciente), sino que el hombre debe ser adiestrado para suprimir su represión y experimentar la realidad plena, claramente, con toda conciencia y, sin

embargo, sin reflexión intelectual, salvo cuando la reflexión intelectual es deseada o necesaria, como en la ciencia y las ocupaciones prácticas.

Suzuki sugiere llamar a este inconsciente el "Inconsciente Cósmico". No hay, por supuesto, una argumentación válida contra esta terminología, siempre y cuando se la explique tan claramente como en el texto de Suzuki. No obstante, preferiría emplear el término "Conciencia Cósmica", que Bucke empleó para designar una forma nueva, naciente, de la conciencia[95]. Preferiría este término porque en el caso de que el inconsciente se vuelva consciente y en el grado en que lo haga, deja de ser inconsciente (teniendo siempre en cuenta que no se convierta en intelección reflexiva). El inconsciente cósmico es el inconsciente sólo en tanto que estamos separados de él, es decir, mientras somos inconscientes de la realidad. En la medida en que despertamos y estamos en contacto con la realidad, no hay nada a la que permanezcamos inconscientes. Hay que añadir que, al emplear el término *Conciencia Cósmica*, en vez de *conciencia*, se hace referencia a la función de la conciencia, más que a un lugar dentro de la personalidad.

¿A dónde conduce toda la exposición sobre la relación entre el budismo zen y el psicoanálisis?

La finalidad del zen es la iluminación: la percepción inmediata, no refleja, de la realidad, sin contaminación afectiva ni intelectualización, la captación de la relación de mí mismo con el universo. Esta nueva experiencia es una repetición de la percepción pre-intelectual, inmediata, del niño, pero en un nuevo nivel, el del pleno desarrollo de la razón del hombre, la objetividad, la individualidad. Mientras que la experiencia del niño, la de inmediación y unidad, *antecede* a la experiencia de enajenación y la separación entre sujeto y objeto, la experiencia de iluminación la sigue.

El fin del psicoanálisis, tal como fue formulado por Freud, es hacer consciente el inconsciente, sustituir el *Id* por el *Ego*. Desde luego, el contenido del inconsciente que había que descubrir se limitaba a un pequeño sector de la personalidad, a aquellos impulsas instintivos vivos en la primera infancia, pero sujetos a la amnesia. Sacarlos del estado de represión era el fin de la técnica analítica. Además, el sector que debería descubrirse, aparte de las premisas teóricas de Freud, estaba determinado por la necesidad terapéutica de curar un síntoma en particular. Había poco interés en recuperar el inconsciente fuera del sector relacionado con la formación de síntomas. Lentamente la introducción del concepto del instinto de la muerte y el eros, y el desarrollo de los aspectos del Ego en los años recientes, han producido cierta ampliación de los conceptos freudianos de los contenidos del inconsciente. Las escuelas no freudianas ampliaron mucho el sector del inconsciente que debía descubrirse. Jung más que nadie, pero también Adler, Rank y los otros autores más recientes llamadas neofreudianos han contribuido a esta extensión. Pero (con la excepción de Jung), a pesar de esa ampliación, la medida del sector descubierto ha seguido siendo determinada por el fin terapéutico de curar este o aquel síntoma; o este o aquel rasgo neurótico del carácter. No ha abarcado a la persona entera.

No obstante, si se sigue el fin original de Freud, el de hacer consciente el inconsciente, hasta sus últimas consecuencias, hay que liberarla de las limitaciones impuestas por la propia orientación de Freud fundada en los instintos y por la tarea inmediata de curar los síntomas. Si se persigue el fin de la plena recuperación del inconsciente, esta tarea no se limita entonces a los instintos, ni a otros sectores limitados de la experiencia, sino a la experiencia del hombre total; entonces el fin es superar la enajenación y la separación entre sujeto y objeto al percibir el mundo; el descubrimiento del inconsciente significa entonces la superación de la contaminación afectiva y la cerebración; significa la des-represión, la abolición de la separación dentro de mí mismo entre el hombre universal y el hombre social; significa la desaparición de la polaridad de conciencia frente al inconsciente; significa llegar al estado de la percepción inmediata de la realidad, sin distorsión ni interferencia de la reflexión intelectual; significa superar el deseo de aferrarse al ego, de adorarlo, significa renunciar a la ilusión de un ego separado indestructible, que debe ampliarse, preservarse, como los faraones egipcios

esperaban conservarse como momias por toda la eternidad. Ser conscientes del inconsciente significa estar abiertos, responder, no *tener* nada y *ser*.

Esta finalidad de la plena recuperación del inconsciente por la conciencia es obviamente mucho más radical que el fin psicoanalítico general. Las razones de ello son fáciles de advertir. Realizar este fin total requiere un esfuerzo mucho mayor que el que están dispuestas a hacer la mayoría de las personas de Occidente. Pero aparte de esta cuestión del esfuerzo, hasta la visualización de este fin es posible sólo en ciertas condiciones. En primer lugar, este fin radical puede verse sólo desde el punto de vista de determinada posición filosófica. No hay necesidad de describir esta posición en detalle. Baste decir que es una posición en la que no se tiende al fin negativo de la falta de enfermedad, sino al fin positivo de la presencia del bienestar y que el bienestar es concebido en términos de plena unión, de la percepción inmediata e incontaminada del mundo. Este fin no podría ser mejor descrito que como lo ha hecho Suzuki en función del "arte de vivir". Hay que recordar que todo concepto como el del "arte de vivir", surge del terreno de una dirección espiritual humanista, como la fundamenta la enseñanza de Buda, de los profetas, de Jesús, de Meister Eckhart, o de hombres como Blake, Walt Whitman o Bucke. Si no se ve en este contexto, el concepto del "arte de vivir' pierde todo lo que es específico y decae en un concepto que actualmente lleva el nombre de "felicidad". No hay que olvidar tampoco que esta dirección incluye una finalidad ética. Aunque el zen trasciende la ética, incluye los fines éticos básicos del budismo, que son esencialmente los mismos que los de toda doctrina humanista. La realización del fin del zen, como ha dejado en claro Suzuki en las conferencias incluidas en este libro, implica la superación de la codicia en todas sus formas, ya sea la codicia de posesión, de fama o de afecto; implica superar la autoglorificación narcisista y la ilusión de omnipotencia. Implica, además, la superación del deseo de someterse a una autoridad que resuelva el propio problema de la existencia. La persona que sólo quiere utilizar el descubrimiento del inconsciente para curarse de la enfermedad no intentará siquiera, por supuesto, realizar el fin radical que reside en superar la represión.

Pero sería un error el creer que el fin radical de la des-represión no tiene relación con un fin terapéutico. Así como se ha reconocido que la cura de un síntoma y la prevención de futuras formaciones de síntomas no es posible sin el análisis y el cambio de carácter, hay que reconocer también que el cambio de este o aquel rasgo neurótico del carácter no es posible, sin perseguir el fin más radical de una completa transformación de la persona. Puede ser muy bien que los resultados relativamente desalentadores del análisis del carácter (que nunca han sido más honradamente expresados que en "¿Es el análisis terminable o interminable?" de Freud), se deban precisamente al hecho de que los fines de curación del carácter neurótico no fueran lo suficientemente radicales; que el bienestar, la libertad de la angustia y la inseguridad sólo puedan realizarse si se trasciende el fin limitado, es decir, si se comprende que el fin limitado, terapéutico, no puede realizarse mientras sea limitado y no se convierta en parte de un marco de referencia más amplio, humanista. Quizá el fin limitado pueda realizarse con métodos más limitados y que consuman menos tiempo, mientras que el tiempo y la energía consumidos en el largo proceso analítico se empleen fructíferamente sólo con el fin radical de "transformación" más que con el fin estrecho de "reforma". Esta afirmación podría fortalecerse haciendo referencia a algo dicho más arriba. El hombre, mientras no ha alcanzado la relación creadora cuya realización más plena es el *satori*, compensa en el mejor de los casos la depresión potencial inherente con la rutina, la idolatría, la destructividad, la codicia de la propiedad o la fama, *etc*. Cuando cualesquiera de estas compensaciones se rompen, se amenaza su salud mental. La cura de la locura potencial está sólo en el cambio de actitud de la separación y la enajenación a la percepción creadora, inmediata, del mundo y la respuesta a él. Si el psicoanálisis puede ayudar de esta manera, puede contribuir a lograr la verdadera salud mental; si no puede, sólo podrá contribuir a mejorar los mecanismos de compensación.

Para plantearlo de otra manera: alguien puede ser "curado" de un síntoma, pero no puede ser "curado" de una neurosis de carácter. El hombre no es una cosa[96], el hombre no es un "caso" y el analista no cura a nadie tratándolo como un objeto. Por lo contrario, el analista sólo puede ayudar a un hombre a despertarse, en un proceso en el que el analista está comprometido con el "paciente" en el proceso de su comprensión de cada uno, lo que significa experimentar su unidad.

Al afirmar todo esto, sin embargo, debemos estar dispuestos a enfrentamos a una objeción. Si, como dije más arriba, la realización de la plena conciencia del inconsciente es un fin tan radical y difícil como la iluminación ¿tiene sentido considerar este fin radical como algo con una aplicación general? ¿No es mera especulación el plantear seriamente el problema de que sólo este fin radical puede justificar las esperanzas de la terapia psicoanalítica?

Si sólo hubiera la alternativa entre la plena iluminación y nada, esta objeción sería válida. Pero no es así. En el zen hay muchas etapas de iluminación, de las cuales el *satori* es el paso último y decisivo. Pero, por lo que yo sé, se valoran las experiencias que son pasos en dirección del *satori*, aunque nunca pueda alcanzarse éste. El doctor Suzuki ilustró una vez este punto de la siguiente manera: si se lleva una vela a un cuarto absolutamente oscuro, desaparece la oscuridad y hay luz. Pero si se añaden diez, cien o mil velas, el cuarto se iluminará cada vez más. No obstante, el cambio decisivo fue introducido por la primera vela que penetró en la oscuridad[97].

¿Qué sucede en el proceso analítico? Una persona siente por vez primera que es vana, que está atemorizada, que odia, aunque conscientemente se había considerado modesta, valiente y amante. La nueva visión puede lastimarla, pero abre una puerta; le permite dejar de proyectar en los demás lo que reprime en sí misma. Sigue adelante; experimenta al recién nacido, al niño, al adolescente, al criminal, al loco, al santo, al artista, al hombre y la mujer que hay dentro de ella; entra en un contacto más profundo con la humanidad, con el hombre universal; reprime menos, es más libre, tiene menos necesidad de proyectar, de racionalizar; entonces puede experimentar por vez primera cómo ve los colores, cómo ve rodar una pelota, cómo sus oídos se abren de súbito plenamente a la música, cuando hasta ahora sólo *la* oía; al sentir su unidad con otros, puede tener una primera visión de la ilusión que su ego individual separado es *algo* a lo que hay que aferrarse, cultivar, salvar; experimentará la futilidad de buscar la respuesta a la vida por *tenerse* a sí mismo, en vez de ser y convertirse en él mismo. Todas éstas son experiencias súbitas, inesperadas, sin contenido intelectual; sin embargo, después la persona se siente más libre, más fuerte, menos angustiada que nunca.

Hasta ahora hemos hablado de los *fines*, y he afirmado que si se lleva el principio de Freud de la transformación del inconsciente en consciente a sus últimas consecuencias, nos acercamos al concepto de iluminación. Pero en cuanto a los *métodos* para lograr este fin, el psicoanálisis y el zen son, en verdad, totalmente diferentes. El método del zen es, podría decirse, el de un ataque frontal al modo enajenado de percepción mediante la "contemplación", el *koan* y la autoridad del maestro. Por supuesto, todo esto no es una "técnica" que pueda aislarse de la premisa del pensamiento budista, de la conducta y los valores éticos que encarnan en el maestro y en la atmósfera del monasterio. Hay que recordar también que no es un asunto de "cinco horas a la semana" y que por el hecho mismo de buscar la instrucción del zen el discípulo ha tomado una decisión muy importante, una decisión que es parte importante de lo que se produce después.

El método psicoanalítico es totalmente diferente del método zen. Adiestra a la conciencia para percibir el inconsciente de una manera distinta. Dirige la atención a la percepción deformada; conduce a un reconocimiento de la ficción dentro de uno mismo; amplía la gama de la experiencia humana suprimiendo la represión. El método analítico es psicológico-empírico. Examina el desarrollo psíquico de una persona desde la infancia y trata de recuperar experiencias previas para ayudar a la persona a experimentar lo que ahora está reprimido. Va descubriendo ilusiones dentro de uno mismo

acerca del mundo, paso a paso, de modo que las deformaciones paratáxicas y las intelectualizaciones enajenadas disminuyan. Al convertirse en menos extraña a sí misma, la persona que atraviesa este proceso se vuelve menos extraña al mundo; al abrir la comunicación con el universo dentro de sí misma, ha abierto la comunicación con el universo exterior. La falsa conciencia desaparece y con ella la polaridad conciencia-inconsciente. Un nuevo realismo aparece en el que "las montañas son montañas nuevamente". El método psicoanalítico es por supuesto sólo un método, una preparación; pero también lo es el método zen. Por el hecho mismo de ser un método nunca garantiza la llegada a la meta. Los factores que permiten esta realización están profundamente arraigados en la personalidad individual y, para cualquier fin práctico, sabemos poco de ellos.

He sugerido que el método de descubrir el inconsciente, si se lleva a sus últimas consecuencias, puede ser un paso hacia la iluminación, siempre y cuando se dé dentro del contexto filosófico que se expresa más radical y realistamente en el zen. Pero sólo una mayor experiencia posterior en la aplicación de este método demostrará hasta dónde puede llevar. La opinión expresada aquí implica sólo una posibilidad y por eso tiene el carácter de una hipótesis que debe ser comprobada.

Pero lo que puede afirmarse con más certidumbre es que el conocimiento del zen, y la preocupación por él, puede tener una influencia muy fértil y clarificadora sobre la teoría y la técnica del psicoanálisis. El zen, a pesar de que su método es diferente del psicoanálisis, puede afilar el enfoque, lanzar nueva luz sobre la naturaleza de la visión y elevar el sentido de lo que es ver, de lo que es ser creador, de lo que es superar las contaminaciones afectivas y las falsas intelectualizaciones que son los resultados necesarios de la experiencia, basada en la separación sujeto-objeto.

Por su radicalismo mismo con respecto a la intelectualización, la autoridad y la ilusión del ego, por su acento en la meta del bienestar, el pensamiento zen profundizará y ampliará el horizonte del psicoanalista y lo ayudará a llegar a un concepto más radical de la percepción de la realidad como fin último del conocimiento pleno, consciente.

Si es permisible especular más sobre la relación entre el zen y el psicoanálisis, podríamos pensar en la posibilidad de que el psicoanálisis pueda ser importante para el estudioso del zen. Me lo imagino como una ayuda para evitar el peligro de una falsa iluminación (que no es, por supuesto, iluminación), una iluminación puramente subjetiva, basada en fenómenos psicóticos o histéricos o en un estado de trance autoinducido. La clarificación analítica podría ayudar al estudioso del zen a evitar ilusiones, cuya ausencia es la condición misma de la iluminación.

Cualquiera que pueda ser el uso que haga el zen del psicoanálisis, desde el punto de vista de un psicoanalista occidental expreso mi gratitud por este precioso regalo del Oriente, y en especial al doctor Suzuki, que ha logrado expresarlo de tal manera que nada de su esencia se pierde en el intento de traducir el pensamiento oriental al pensamiento occidental, de modo que el occidental, si se toma el trabajo, puede llegar a entender el zen, en la medida en que esto puede lograrse antes de alcanzar la meta. Esa comprensión no sería posible si no fuera por el hecho de que "la naturaleza de Buda está en todos nosotros", de que el hombre y la existencia son categorías universales y de que la captación inmediata de la realidad, el despertar y la iluminación son experiencias universales.

Serie psicología y psicoanálisis

G. Bally — *El juego como expresión de libertad*
H. Baruk — *Psiquiatría moral experimental*
R. De la Fuente — *Psicología médica*
P. Diel — *Psicoanálisis de la divinidad*
P. Diel — *Los principios de la educación y de la reeducación*
S. Escalona y G. Moore Heider — *Predicción y resultados (Un estudio sobre el desarrollo del niño)*
E. Fromm — *La misión de Freud*
E. Fromm — *Psicoanálisis de la sociedad contemporánea*
H. E. Garrett — *Las grandes realizaciones en la psicología experimental*
E. R. Hilgard — *Teorías del aprendizaje*
K. Horney — *El nuevo psicoanálisis*
G. Klineberg — *Psicología social*
R. O. Laing — *El yo dividido*
F. L. Mueller — *Historia de la psicología*
A. S. Neill — *Summerhill (Un punto de vista radical sobre la educación de los niños)*
CH. Odier — *El hombre, esclavo de su inferioridad*
CH. Odier — *La angustia y el pensamiento mágico*
J. Piaget — *La formación del símbolo en el niño*
E. G. Schachtel — *Metamorfosis (El conflicto del desarrollo humano y la psicología de la creatividad)*
M. A. Sechehaye — *La realización simbólica. Diario de una esquizofrénica*
C. H. Warren — *Diccionario de psicología*

Breviarios de psicología y filosofía

J. A. C. Brown — *La psicología social en la industria*
G. P. Conger y otros — *Filosofía del Oriente*
H. Frankfort y otros — *El pensamiento prefilosófico. I. Egipto y Mesopotamia*
V. E. Frankl — *Psicoanálisis y existencialismo*
E. FROMM — *Ética y psicoanálisis*
W. A. Irwin y otros — *El pensamiento prefilosófico. II. Los hebreos*
C. Lévi—Strauss — *El pensamiento salvaje*
I. Mattuck — *El pensamiento de los profetas*
G. Pittaluga — *Temperamento, carácter y personalidad*
C. Thompson — *El psicoanálisis*
Radhakrishnan y otros — *El concepto del hombre*
A. Schweitzer — *El pensamiento de la India*
E. Weillenmann — *El mundo de los sueños*
W. Wolff — *Introducción a la psicología*
W. Wolff — *Introducción a la psicopatología*

Notas al pie

1. Al seminario asistieron cerca de quince psiquiatras y psicólogos de México y los Estados Unidos la mayoría de ellos psicoanalistas). Aparte de los trabajos publicados aquí, se presentaron y discutieron algunos otros:

Dr. R. de Martino, “The Human Situation and Zen Buddhism”

Dr. M. Creen, “The Roots of Sullivan’s Concept of Self”

Dr. J. Kirscb, “The Role of the Analyst in Jung’s Psychotherapy”

Dr. I. Progoff, “The Psychological Dynamism of Zen” — “The Concept of Neurosis and Cure in Jung”

Miss C. Selver, “Sensory Awareness and Body Functioning”

Dr, A. Stunkard, “Motivation for Treatment”

Dr. E. Tauber, “Sullivan’s Concept of Cure”

Dr. P. Weisz, The Contribution of Ceorge W. Croddeck”

Publicamos en este libro sólo los que se relacionan más directamente con el budismo Zen, en parte por razones de espacio y en parte porque, sin la publicación de las discusiones sostenidas, los demás trabajos no tendrían la suficiente unidad.

2. La versión española sería:

Cuando miro con cuidado
¡Veo florecer la Nazuna
Junto al seto!

3.

Flor en el muro agrietado,
te arranco de las grietas;
te tomo, con todo y raíces, en mis manos,
florecilla — pero si pudiera entender
lo que eres, con todo y tus raíces y, todo en todo,
sabría qué es Dios y qué es el hombre.

4. Los cristianos consideran a la iglesia como el medio de salvación, ya que es la Iglesia la que simboliza a Cristo, el Salvador. Los cristianos se relacionan con Dios no individualmente sino a través de Cristo, y Cristo es la Iglesia y ésta es el lugar donde se reúnen para adorar a Dios y rogarle, a través de Cristo, por la salvación. A este respecto, los cristianos tienen conciencia de grupo, aunque socialmente adoptan el individualismo.

5. Véase infra, p.54, y los *Essays en Zen Buddhism*, 1ra.Serie, pp.227 ss.

6 . ***Prajñā*** (sánscrito) o ***paññā*** (pali) se puede traducir como "sabiduría", "comprensión", "discernimiento", "agudeza cognitiva" o "saber hacer". En el budismo, se refiere especialmente a la sabiduría basada en la realización directa de las Cuatro Nobles Verdades, Anicca (impermanencia), surgimiento dependiente, Anatta (insustancialidad), Śūnyatā (vacío), *etc.* Prajñā es la sabiduría que es capaz de extinguir las klesha (aflicciones) y ocasionar la iluminación. (de Wikipedia)

7. *Sakki* significa literalmente “aire de asesinato”. El espadachín se refiere con frecuencia a este tipo de incidente. Es algo indescriptible, que sólo se siente en el interior como si emanara de una

persona o de un objeto. Se habla frecuentemente del hecho que algunas espadas están llenas de este "aire de asesinato", mientras que otras inspiran una sensación de miedo, de reverencia o aun de benevolencia. Esto se atribuye por lo general al carácter o al temperamento del artista que forjó la espada, porque las obras de arte reflejan el espíritu de los artistas y en Japón la espada no es sólo un arma mortífera sino una obra de arte. El *sakki* surge también de una persona que abriga oculta o manifiestamente la idea de matar a alguien. Este "aire", según se dice, flota también sobre un destacamento de soldados con intenciones de atacar al enemigo.

8. *Man's Western Quest* – La búsqueda occidental del hombre.

9. En las religiones de origen hinduista, el ***ātma*** o ***ātman*** (del sánscrito) es el término usado para referirse al alma, o la esencia espiritual, si bien posee un significado específico para los hinduistas. El *ātma* es la parte de Brahmā que está dentro del hombre, y que es necesario conocer para concluir el ciclo de las reencarnaciones. Se dice que el conocimiento del *ātma* propio conduce a la perfección, revelando la realidad eterna que subyace detrás de la *maya* y superando así dicho ciclo. Cuando el *ātma* individual se reintegra a Brahmā (de quien forma parte), mantiene toda su individualidad propia y específica. Se podría comparar a Brahmā con una casa, en cuyas habitaciones individuales viviría cada hombre, formando parte de ella; es decir, una sola unidad con individualidades diferentes. (de Wikipedia)

10. **Mahāyāna** (literalmente *Gran vehículo*) es una de las dos o tres principales ramas del budismo. Algunas de las áreas en las que se practica son China, Tíbet, Japón, Corea, Vietnam, y Taiwán. Del Mahāyāna se desarrolló el Vajrayāna esotérico que afirma combinar todas las escuelas previas. (de Wikipedia)

11. ***Dharma*** (en alfabeto devánagari) es una palabra sánscrita que significa 'ley natural' o 'realidad'. Se utiliza en casi todas las doctrinas y religiones de origen védico (las religiones dármicas), como el hinduismo (llamado por los hindúes*sanátan dharma*, la 'eterna religión'), el budismo, el jainismo y el sijismo. En el budismo se dice que el término pali dama que significa 'camino de las grandes verdades'. En cambio el término sánscrito dharma significa lo antes mencionado y también hace referencia a 'orden social', 'conducta adecuada' o 'virtud'. Los hindúes no llaman hinduismo a su religión, sino sanatana dharma, que se traduce como 'religión eterna'. (de Wikipedia)

12. Literalmente, "un palo de basura reseca". En japonés, *kanshiketsu*; en chino, *Kanshih-chueh*. *Kan*= seco; *shi*= basura; *ketsu*= palo.

13. *Muye* (japonés) y *wu-i* (chino) significan "independiente", así como "sin ropas". *Ye* (*i*) es en el primer caso "dependiente", y en el segundo, "ropas".

14. La siguientes traducciones son de los *Dichos*, de Rinzai, conocidos como *Rinzi Roku*.

15. **Maitreya** es un nombre que aparece en la religión budista para referirse al próximo Buda histórico. Según la literatura sagrada budista, el bodhisattva Maitreya nacerá en la tierra para lograr la completa iluminación de un Buda y enseñar el dharma. El Buda Maitreya será el sucesor de Siddhartha Gautama (el Buda histórico actual) el cual anunció a Maitreya como el nombre del próximo Buda. (de Wikipedia)

16. **Vairocana** (también llamado **Vairochana** o **Mahavairocana**; 大日如來 o 毘盧遮那佛, chino: *Dàrì Rúlái* o *Piluzhe-nafo*, japonés: *Dainichi Nyorai*) es un Buda reencarnación de Dharmakaya, y que por lo tanto puede considerarse el aspecto universal del Gautama Buda histórico. En la concepción de los Cinco Budas de la sabiduría Vairocana es el central. La estatua de Vairocana de Nara, Nara es la mayor representación de bronce de Vairocana en el mundo. La mayor de las estatuas destruidas en Bamyan, Afganistán por el gobierno talibán era también una representación de Vairocana. Vairocana es la figura central de muchas escuelas antiguas de budismo en Japón, como el esotérico budismo Shingon y el Kengon.

17. Naraka (del Sánscrito) ó Niraya (Pāli), chino: 那落迦 (variante 捺落迦) Nàlùojiā ó 地獄 Dì Yù; japonés: Jigoku ó 奈落 Naraku; tibetano: [redacted] dmyal.ba; thai: นรก nárók; malayo: neraka) es el nombre dado a uno de los mundos de mayor sufrimiento de toda la cosmología budista. Naraka se traduce generalmente al español como **infierno** o "purgatorio". Los Narakas de la religión budista están estrechamente relacionados con 地獄 Di Yu, el infierno en la mitología china. Un Naraka difiere de los infiernos de tradición occidental en dos aspectos: primero, los seres no son enviados al Naraka como resultado de un juicio divino con su correspondiente castigo; y segundo, la estancia en el Naraka no es eterna, aunque suela ser muy larga. Según el budismo, un ser nace en un Naraka como resultado directo de su karma previo (consecuencia de sus pensamientos, sus palabras y sus acciones), y reside en él por un período de tiempo determinado, hasta que su karma haya alcanzado su resultado final. Después de que su karma negativo termine y se agote, podrá renacer en alguno de los mundos superiores como resultado de un karma anterior que no había madurado todavía. La mentalidad de un ser en el infierno correspondería a un estado de extremo terror, desamparo y angustia en un humano.

18. “Yo” equivale en todo el sermón al “Hombre” (*jên*) o la “subjetividad absoluta”, para emplear mi terminología.

19. La palabra “Ello” se inserta aquí porque el original chino, como de costumbre, omite e’ sujeto. “Ello” significa la Realidad, el Hombre, la Persona o el Yo

20. “Ustedes” se utiliza aquí, como en otras partes, con el sentido de “el Espíritu” que se manifiesta en el “Hombre”. “Ustedes” y “el Hombre” son aquí intercambiables.

21. *Avidyă* en sánscrito

22. Inmovilidad, polea, serenidad o tranquilidad —todas se refieren a un estado de conciencia donde todas las olas de pensamiento de todo tipo se apaciguan uniformemente. A esto se le llama también el oscuro abismo de la Ignorancia o del Inconsciente, y al hombre del zen se le dice que lo evite por todos los medios y que no imagine que es el objeto último de la disciplina zen.

23. Generalmente, se mencionan tres clases de personas —superiores, medias e inferiores— en relación con sus dotes o capacidades inherentes para entender las verdades budistas.

24. El término chino para el ‘yo’ y sus modificaciones es *shan-séng* (*san-zó* en japonés), que significa un “monje de la montaña”, con lo que Rinzai se refiere a si mismo. Este humilde título debe entenderse no sólo como en relación con Rinzai como individuo que pertenece a este mundo relativamente limitado de todos sentidos, sino a Rinzai como un hombre iluminado que vive en el reino trascendente de la subjetividad absoluta o el vacío. Un hombre o una persona en este reino no se mueve ni se conduce como un ser parcialmente individualizado, como un yo psicológicamente definido, ni como una idea abstracta, sino que se mueve con todo su ser o personalidad. Esto se verá más claramente a medida que avancemos.

25. “Lo” es introducido por el traductor y se refiere al Dharma, la Realidad, la Persona, el Hombre o el Tao (el Camino).

26. La bolsa es la que contiene un tazón para pedir alimentos, que lleva siempre consigo el monje viajero. El cuerpo lleno de basura es un título peyorativo que se da a un monje que no ha abierto todavía los ojos al Dharma y cuyo espíritu está lleno de nombres y pensamientos vacíos. Se comparan con los excrementos que no deben alojarse dentro del cuerpo. Un monje dedicado a acumular ideas nada apropiadas a la realización es llamado también “el saco de arroz” o “la bolsa maloliente de piel.

27. Vairocana es un Buda reencarnación de Dharmakaya, y puede considerarse el aspecto universal del Gautama Buda histórico.

28. **Kalpa** es una palabra en sánscrito que significa Eón o largo período de tiempo y es utilizado principalmente en Cosmología Budista e Hindú. (Wikipedia)

29. Éste es un palo de madera y a veces de bambú, de unos seis pies de largo, utilizado para llevar

cosas sobre los hombros. Cuando el peso es demasiado grande, el palo se dobla. Rinzai compara sarcásticamente la boca cerrada del monje con el palo doblado.

30. En varias tradiciones religiosas y místicas del Extremo Oriente, se denomina ***samādhi*** a un estado de conciencia de 'meditación', 'contemplación' o 'recogimiento' en la que el meditante siente que trasciende las limitaciones fenoménicas y alcanza la unidad con el cosmos y con lo divino. (Wikipedia)

31. Véase supra y también mi *Living by Zen* (Londres, Rider, 1950), p. 24.

32. Véanse mis *Studies in Zen* (Londres, Rider, 1955), pp. 8O ss.

33. Véase mi *Manual of* Zen *Buddhism* (Londres, Rider, 1950), lámina II, frente a la p. 129, donde el hombre-zen ideal sale al mercado —es decir, al mundo—, para salvar a todos los seres.

34. Véase *The Lankãvatãra Sũtra* (Londres, Routledge, 1932), pp. 38 40, 49, etc., y también mis *Essays in Zen Buddhism*, Serie 3 (Londres, Rider, 1951), p. 314.

35. Véanse mis Essays in Zen Buddhism, 1ª serie (Londres, Rider, 1949), pp. 252 ss

36. Los Dichos de Rinzai (Rinzai Roku), compilados por sus discípulos, contienen cerca de 13.380 caracteres y son considerados como una de las mejores colecciones de proverbios zen, conocidos como Goroku. Se dice que la edición de la época Sung del texto, que apareció en 1120, fue la segunda, basada en una edición muy anterior que se ha perdido.

Véanse mis *Studies in Zen*, pp. 25 ss.

Sobre Bankei, véase mi *Living by Zen*, pp. 11 ss. Fue un vigoroso opositor del método del *koan* en el estudio del zen, que prevalecía en su tiempo. Fue un contemporáneo de mayor edad de Hakuin, que no lo conoció, según nuestras noticias.

37. *Prajñā* (sánscrito) o *paññā* (pali) se puede traducir como "sabiduría", "comprensión", "discernimiento", "agudeza cognitiva" o "saber hacer". En budismo, se refiere especialmente a la sabiduría basada en la realización directa de las Cuatro Nobles Verdades, anicca (impermanencia), surgimiento dependiente, anatta (insustancialidad), Śūnyatā (vacío), *etc.* Prajñā es la sabiduría que es capaz de extinguir las klesha (aflicciones) y ocasionar la iluminación. (Wikipedia)

38. El texto español está tomado de la versión de Casiodoro de Reina, revisada por Cipriano de Valera. [E.]

39.

1.¿Por qué en los escritos ten se expresa tan poca preocupación explícita sobre las condiciones culturales, la organización de la sociedad y el bienestar del hombre? Asociado esta pregunta está el uso del zen (para encontrarse definitivamente) en la causa de la muerte, como en el arte de la espada. ¿Hay, pues, en esa vuelta al yo algún peligro de des-sensibilización de lo más precioso de cada hombre? ¿Participan los maestros zen en los problemas sociales de la época?

2. ¿Cuál es la actitud del zen hacia la ética? ¿Hacia la privación política y económica? ¿Hacia la posición y la responsabilidad del individuo respecto de su sociedad?

3. ¿Cuál es la diferencia entre *satori* y conversión cristiana? En uno de sus libros usted dice que considera que son diferentes. ¿Hay alguna diferencia que no sean las diferencias culturales en las maneras de referirse a esto?

4. El misticismo cristiano está lleno de imágenes eróticas. ¿Hay alguna huella de esto en el *satori*? ¿O quizás en las etapas anteriores del *satori*?

5. ¿Tiene el zen un criterio para diferenciar las experiencias místicas genuinas de las alucinatorias?

6. ¿Qué interés tiene el zen en la historia del individuo, las influencias de la familia, la educación y las instituciones sociales en el desarrollo de la enajenación del individuo en relación a sí mismo? Algunos de nosotros nos hemos intensado en esto en relación con la prevención de la enajenación en las nuevas generaciones mediante un mejoramiento de la formación individual así como en las

instituciones sociales. Si sabemos los que determinan la mala salud, probablemente podemos hacer algo antes de la crisis de la edad adulta.

7. ¿Se interesa el zen por los tipos de experiencias de desarrollo en la infancia que más conducen a la Iluminación en la edad adulta?

8. En el zen, el maestro parece empezar con el discípulo sin prestar atención al sentido de él como es, o cuando menos no reacciona a esto explicita y directamente. No obstante, es concebible que ese hombre pudiera entrar al zen por vanidad o por necesidad de encontrar un nuevo Dios, de lo cual puede no tener conciencia. ¿Le ayudaría a encontrar su camino si estuviera en contacto con la verdad del hecho de que su propia dirección sólo convertirá en cenizas la experiencia?

¿Comunica un maestro zen su sentido de la persona y de los obstáculos que podrían presentarse? Aunque esto no tienda a hacerse ¿es concebible que si se hiciera fuera más fácil alcanzar la meta?

9. ¿Considera usted que el psicoanálisis, tal como usted lo entiende, ofrece a los pacientes una esperanza de iluminación?

10. ¿Cuál es la actitud del zen respecto de las imágenes que podrían aparecer en el proceso de meditación?

11. ¿Se preocupa el zen por el problema de la madurez emocional y la realización personal en la existencia social del hombre, es decir, por las “relaciones interpersonales”?

40. El lenguaje ha sido parcialmente modernizado.

41. Cf. la introducción de Jung a *Zen Buddhism* (Londres, Rider, 1949) de D. T. Suzuki; la obra sobre budismo zen del psiquiatra francés Benoit, *The Supreme Doctrine* (Nueva York, Pantheon Books, 1955). La *fallecida* Karen Horney se interesó mucho por el budismo zen durante los últimos años de su vida. El seminario realizado en Cuernavaca, México, donde se presentaron los trabajos publicados en este libro, es otro síntoma del interés de los psicoanalistas por el budismo zen. Existe también considerable interés en Japón por la relación entre la psicoterapia y el budismo zen. Cf. el trabajo de Koji Sato sobre “Psychotherapeutic Implications of Zen”, en *Psychologia, an International Journal of Psychology in the Orient*, Vol.1, Nº4 (1958) y otros trabajos en el mismo número.

42. Cf. los escritos de Kierkegaard, Marx y Nietzsche y, actualmente, de filósofos existencialistas y de Lewis Mumford, Paul Tullich, Erich Kahler, David Riesman y otros.

43. El “*Ello*” o “***Id***” es la parte primitiva, desorganizada e innata de la personalidad, cuyo único propósito es reducir la tensión creada por pulsiones primitivas relacionadas con el hambre, lo sexual, la agresión y los impulsos irracionales. (Wikipedia)

44. Para detalles sobre el carácter semireligioso del movimiento psicoanalítico creado por Freud, cf. mi *La misión de Sigmund Freud*, México, FCE, 1960

45. “Analisis Terminable and Unterminable”, *Collected Papers*, Hogarth Press, V, 316 (el subrayado es mío. E. F.)

46. *Ibid.*, p. 351. (el subrayado es mío. E. F.)

47. *Ibid.*, p. 352. (el subrayado es mío. E. F.)

48. La evolución del hombre desde la fijación en la madre y el padre, hasta el punto de plena independencia e iluminación ha sido bellamente descrita por Meister Eckart en “*El libro de Benedictus*”:

“En la primera etapa, el ‘hombre interior o nuevo, dice San Agustín, sigue los pasos de personas buenas y piadosas. Es todavía un niño en el pecho de su madre.”

“En la segunda etapa no sigue ya ciegamente el ejemplo, ni siquiera el de la gente buena. Persigne con ardor la instrucción sólida, el consejo divino, la sabiduría santa. Vuelve la espalda al hombre y el rostro a Dios, abandona el regazo materno y sonríe a su Padre celestial.”

“En la tercera etapa se aleja mis y más de su madre, se sepan cada vez más de su pecho. Rehuye la preocupación y rechaza el temor. Aunque podría con impunidad tratar a todos con rudeza e

injusticia, no encontraría satisfacción en esto, pues en su amor a Dios lo ha comprometido con El y con Él se ocupa de hacer el bien: Dios lo ha establecido tan firmemente en la alegría, en la santidad y el amor, que todo lo que sea distinto y ajeno a Dios le parece sin valor y repugnante.”

“En la cuarta etapa crece cada vez más y se arraiga en el amor, en Dios. Está siempre dispuesto a aceptar cualquier lucha, cualquier prueba, adversidad o sufrimiento y a hacerlo de buena voluntad, satisfecho, con alegría.”

“En la quinta etapa está en paz y goza la plenitud de la sabiduría suprema inefable.”

“En la sexta etapa es deformado y transformado por la naturaleza eterna de Dios. Ha llegado a la plena perfección y, olvidando las cosas pasajeras y la vida temporal, es arrastrado, transportado a la imagen de Dios y se convierte en hijo de Dios. No hay otra etapa superior. Es el descanso y la felicidad eternos. El fin del hombre interior y nuevo es la vida eterna.” —*Meister Eckhart*, trad. Al ingl. de C. de B. Evans (Londres, John M. Watkins, 1952) II, 80-81.57

49. Mircea Eliade, *Birth* and Rebirth (Nueva York, Harpa, 1958), p. 84.

50. Cf. Laurette Séjourné, Pensamiento y religión en el México antiguo (México, F.C:E., Breviario 128, 1957).

51. Mucho me han ayudado en mis consideraciones las comunicaciones personales del Dr. William Wolf sobre la base neurológica de la conciencia.

52. La misma idea ha sido expresada por E. Schachtel (en un trabajo ilustrador sobre “Memory and Childhood Amnesia”, en *Psychiatry*, Vol.X, Nº1, 1947) en relación con la amnesia de los recuerdos de la infancia. Como indica el titulo, se refiere al problema más específico de la amnesia de la infancia y la diferencia entre las categorías (“Esquemas”) empleadas por el niño y las empleadas por el adulto. Concluye que: “La incompatibilidad de la temprana experiencia infantil con las categorías y organización de la memoria adulta se debe en gran medida a la convencionalización de la memoria adulta.” En mi opinión, lo que dice acerca de la memoria infantil y la adulta es válido, pero no sólo encontramos diferencias entre las categorías infantiles y las adultas, sino también entre diversas culturas y, además, el problema no es sólo de la memoria, sino también de la conciencia en general.

53. Cf. la valiosa contribución de Benjamin Whorf en sus *Collected Papers on Metalinguistics* (Washington, D. C., Foreign Service Institute, 1932).

54. La importancia de esta diferencia es evidente en las traducciones inglesa y alemana del Viejo Testamento; con frecuencia, cuando el texto hebreo utiliza el tiempo perfecto para una experiencia emocional como amar, en el sentido de “Amo plenamente”, el traductor entiende mal y escribe “Amé’.

55. Aristóteles, *Metafísica*, Γ, 1005b 20.

56. Lao-Tsé: “The Tao-Teh King”, *The Sacred Books of the East*, editado por E. Max Mueller, Vol.XXXIX (Oxford Universitv Press, Londres, 1927, p. 120).

57. Cf. mi análisis más detallado de este problema en *The Art of Loving*, World Perspectives Series (Harper & Bros., Nueva York, 1956, pp. 62 ss.) [Hay traducción al Español]

58. Cf. mis descripciones de este concepto en El miedo a la libertad (Buenos Aires, Editorial Paidos), *Psicoanálisis de la sociedad contemporánea* (México, FCE, 1956).

59. Este análisis de la conciencia nos conduce a la misma conclusión a la que llegó Karl Marx cuando formuló el problema de la conciencia: “No es la conciencia del hombre lo que determina su existencia sino, al contrario, es su existencia social la que determina su conciencia.” (*Zur Kritik der Politischen Oekonomie* [Berlin, Dietz, 1924]. prólogo, p. LV).

60. No tenemos palabra para expresar esta transformación. Podríamos decir “reversión de la represión”, o, más concretamente, “despertar”; yo propongo el término “des-represión.”

61. Cf. S. Ferenczi, *Collected Papers*, editado por Clara Thompson (Basic Books, Inc.) y el

excelente estudio de las ideas de Ferenczi en *The Leaven of Love* de lzette de Forest (Nueva York, Harper, 1954).

62. Cf. mi trabajo sobre “The Limitations and Dangers of Psychology”, publicado por *Religion and Culture*, editado por W. Leibrecht (Nueva York, Harper, 1959).

63. Prefacio a D. T. Suzuki, Introduction to Zen Buddhism (Londres, Rider, 1949), pp. 9-10.

64. D. T. Suzuki, *Zen Buddhism* (Nueva York, Doubleday Anchor Book, 1956), p.3.

65. D. T. Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism,* (Londres, Rider, 1949), p. 97.

66. D. T. Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism,* (Londres, Rider, 1949), pp. 97-98.

67. Prefacio a Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism*, p 15.

68. D. T. Suzuki, *Introduction ta Zen Buddhism*, p. 86.

69. *Ibid*.,p.44.

70. D. T. Suzuki, *Introduction ta Zen Buddhism,* p.67.

71. *Ibid*., p.92.

72. *Ibid*., p.41.

73. D. T. Suzuki, *Mysticism, Christian and Buddhist,* World Perspective Series, editado por R. N. Anshen (Harper, Nueva York, 1957), p.105.

74. D. T. Suzuki, *Introduction ta Zen Buddhism*, p.34.

75. *Ibid*., p.97.

76. *Ibid*., p.40.

77. D. T. Suzuki, *Zen Buddhism*, p.96.

78. D. T. Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism*, p.49.

79. *Ibid*., p.131.

80. Cuando hablo en este capitulo de ‘psicoanálisis”, me refiero al psicoanálisis humanista como un desarrollo del análisis freudiano, incluyendo, sin embargo, aquellos aspectos del análisis freudiano que están en la raíz de este desarrollo.

81. Ética y psicoanálisis (México, FCE, Breviario 74, 1947), capitulo III.

82. Eugen Herrigel, Zen in the Art of Archery (Nueva York, Pantheon Books, 1953).

83. *Lucas* XVIII, 17

84. *I Corintios* XIII, 12.

85. D. T. Suzuki, *supra*, p. 20.

86. *Ibid*., p.20.

87. *Ibid*., p.22 s.

88. *Idem*., p.23.

89. *Ibid*., p.27.

90. *Ibid*., p.26 s. (el subrayado es mío E.F.)

91. *Ibid*., P.28.

92. *Ibid*., p.24.

93. *Ibid*., p.29.

94. *Ibid*., p.28. (el subrrayado es mío E.F.)

95. Ricbard R. Bucke, *Cosmic Consciousness, A Study in the Evolution of the Human Mind* (Innes & Sons, 1901, New York, Dutton, 1923, 17ºEd., 1954). Habría que mencionar, aunque sólo fuera de pasada, que el libro de Bucke es quizás el más cercano a nuestro tema. Bucle, un psiquiatra de gran conocimiento y experiencia, un socialista con una profunda creencia en la necesidad y en la posibilidad de una sociedad socialista que “abolirá la propiedad privada y liberará a la tierra al mismo tiempo de dos inmensos males: la riqueza y la pobreza”, desarrolla en este libro una hipótesis de la evolución de la conciencia humana. De acuerdo con esta hipótesis, el hombre ha progresado de la “simple contienda” animal a la conciencia de sí humana y está ahora en el umbral de alcanzar la

Conciencia Cósmica, un acontecimiento revolucionario que ya se ha producido en varias personalidades extraordinarias en los últimos dos mil años. Lo que Bucke describe como conciencia cósmica es, en mi opinión, precisamente la experiencia que se conoce como *satori* en el budismo zen.

96. Cf. mi trabajo: “The Limitations and Dangers of Psychology”, en *Religion and Culture*, editado por W. Leibrecht (Nueva York, Harper & Brothers, 1959), pp. 31 ss.

97. En una conversación personal si recuerdo bien.